

離乳食曜日		昼		夕		昼		夕		昼		夕	
		使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	
1	土	かゆ 助宗タラとじゃが芋のみ 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラとじゃが芋のみ 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・大根	かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ
2	日	かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆペースト 豆腐・ほうれん草・人参 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・玉ねぎ・さつま芋	かゆペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・チンゲン菜
3	月	かゆ 助宗タラと野菜のやわら 人参のとりみ煮 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・片栗粉・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのマツ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・ソーメン	かゆ 助宗タラと野菜のやわら 人参のとりみ煮 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・片栗粉・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのマツ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・ソーメン	かゆペースト キャベツ・玉ねぎペース 人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・オレンジ	かゆペースト 白菜・人参ペースト かぼちゃ・玉ねぎペース	おかゆ・白菜・人参・かぼちゃ・玉ねぎ
4	火	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 なすと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・なす・人参・出し汁・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 なすと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・なす・人参・出し汁・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペー 大根・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・大根・人参・豆腐	かゆペースト トマトペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・トマト・人参・ほうれん草
5	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわ 小松菜と人参のだし煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・バナナ	かゆ 鶏肉と人参のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・きゅうり・キャベツ・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわ 小松菜と人参のだし煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・バナナ	かゆ 鶏肉と人参のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・きゅうり・キャベツ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・バナナ	かゆペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト キャベツペースト	おかゆ・人参・じゃが芋・キャベツ
6	木	かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく 白菜サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参	かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 玉ねぎとチンゲン菜のだ みそ汁	おかゆ・豆腐・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・チンゲン菜・さつま芋・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく 白菜サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参	かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 玉ねぎとチンゲン菜のだ みそ汁	おかゆ・豆腐・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・チンゲン菜・さつま芋・焼ふ・味噌	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペー 白菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・白菜・人参	かゆペースト 豆腐・大根・人参ペー 玉ねぎ・チンゲン菜ペー さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・大根・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・さつま芋
7	金	かゆ やわらか野菜そうめん トマトサラダ じゃが芋と人参のマッ フルーツ (オレンジ)	ソーメン・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマト・じゃが芋・人参・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ 小松菜と人参のだし煮 すまし汁・フルーツ (パ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・小松菜・人参・もやし・ワカメ・醤油・バナナ	かゆ やわらか野菜そうめん トマトサラダ じゃが芋と人参のマッ フルーツ (オレンジ)	ソーメン・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマト・じゃが芋・人参・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ 小松菜と人参のだし煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・小松菜・人参・ワカメ・バナナ	かゆペースト そうめんペースト 玉ねぎ・トマトペースト じゃが芋・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	ソーメン・玉ねぎ・トマト・じゃが芋・人参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・バナナ
8	土	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のやわ 玉ねぎのしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・しらす干し・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・しらす干し・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆペースト チンゲン菜・人参ペー 玉ねぎペースト 豆腐ペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペー 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・大根・人参
9	日	かゆ 鶏肉とかぼちゃのみそ煮 人参のやわらか煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・ワカメ・醤油	かゆ 助宗タラと人参のやわら 玉ねぎとなすのだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・なす・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とかぼちゃのみそ煮 人参のやわらか煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・ワカメ・醤油	かゆ 助宗タラと人参のやわら 玉ねぎとなすのだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・なす・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト かぼちゃ・白菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・かぼちゃ・白菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト キャベツペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・キャベツ
10	月	かゆ 助宗タラと小松菜のやわ 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・大根・豆腐・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・じゃが芋・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のやわ 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・大根・豆腐・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・大根・豆腐・味噌・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根・豆腐ペースト・フ	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・大根・豆腐・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペー 人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・じゃが芋
11	火	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた 人参のだし煮 さつま芋サラダ	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・さつま芋	かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサラ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・ほうれん草・人参・白菜・ワカメ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサラ スープ	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・さつま芋	かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサラ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・ほうれん草・人参・白菜・ワカメ・出し汁・醤油	かゆペースト キャベツ・玉ねぎペー 人参ペースト さつま芋ペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペー 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・白菜
12	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 もやしサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・もやし・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (パナ	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・豆腐・なす・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (パナ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (パナ	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・豆腐・なす・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎのトマト煮ペー チンゲン菜・人参ペー	おかゆ・玉ねぎ・カットマ トパック・チンゲン菜・人参	かゆペースト かぼちゃペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペ	おかゆ・かぼちゃ・小松菜・人参・豆腐・バナナ
13	木	かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・ソーメン	かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・ほうれん草・白菜・人参・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根
14	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃとトマトのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・トマト・なす・味噌	かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 チンゲン菜のしらすサラ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・しらす干し・さつま芋・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃとトマトのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・トマト・なす・味噌	かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 チンゲン菜のしらすサラ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・しらす干し・さつま芋・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・トマトペー	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼ ちゃ・トマト	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペー チンゲン菜ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・さつま芋
15	土	かゆ 助宗タラとじゃが芋のみ 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラとじゃが芋のみ 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・大根	かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ

		後期 (9~11ヶ月)				中期 (7~8ヶ月)				初期 (5~6ヶ月)			
離乳食曜日		昼		夕		昼		夕		昼		夕	
		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧	
16	日	かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆペースト 豆腐・ほうれん草・人参 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・玉ねぎ・さつま芋	かゆペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・チンゲン菜
17	月	かゆ 助宗タラと野菜のやわら 人参のとりみ煮 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・片栗粉・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのマッ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・ソーメン	かゆ 助宗タラと野菜のやわら 人参のとりみ煮 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・片栗粉・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのマッ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・ソーメン	かゆペースト キャベツ・玉ねぎペース 人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・オレンジ	かゆペースト 白菜・人参ペースト かぼちゃ・玉ねぎペース	おかゆ・白菜・人参・かぼちゃ・玉ねぎ
18	火	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとブロッコリー なすと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・なす・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとブロッコリー なすと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・なす・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペー 大根・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・大根・人参・豆腐	かゆペースト ブロッコリーペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・ブロッコリー・人参・ほうれん草
19	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわ 小松菜と人参のだし煮	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参	かゆ 鶏肉と人参のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・きゅうり・キャベツ・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわ 小松菜と人参のだし煮	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参	かゆ 鶏肉と人参のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・きゅうり・キャベツ・味噌	かゆペースト かゆペースト 小松菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参	かゆペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト キャベツペースト	おかゆ・人参・じゃが芋・キャベツ
20	木	かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく 白菜サラダ スープ・フルーツ (オレ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 玉ねぎとチンゲン菜のだ みそ汁	おかゆ・豆腐・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・チンゲン菜・さつま芋・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく 白菜サラダ スープ・フルーツ (オレ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 玉ねぎとチンゲン菜のだ みそ汁	おかゆ・豆腐・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・チンゲン菜・さつま芋・焼ふ・味噌	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペー 白菜ペースト 人参ペースト・フルーツ	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・白菜・人参・オレンジ	かゆペースト 豆腐・大根・人参ペー 玉ねぎ・チンゲン菜ペー さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・大根・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・さつま芋
21	金	かゆ やわらか野菜うどん きゅうりサラダ すまし汁 ヨーグルト	うどん・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・なす・じゃが芋・ヨーグルト	かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ 小松菜と人参のだし煮 すまし汁・フルーツ (パ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・小松菜・人参・もやし・ワカメ・醤油・バナナ	かゆ やわらか野菜うどん きゅうりサラダ すまし汁 ヨーグルト	うどん・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・なす・じゃが芋・ヨーグルト	かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ 小松菜と人参のだし煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・小松菜・人参・ワカメ・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト	うどん・玉ねぎ・キャベツ・人参・じゃが芋	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・バナナ
22	土	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のやわ 玉ねぎのしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・しらす干し・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のやわ 玉ねぎのしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・しらす干し・豆腐・花ふ・味噌	かゆペースト チンゲン菜・人参ペー 玉ねぎペースト 豆腐ペースト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆペースト チンゲン菜・人参ペー 玉ねぎペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペー 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・大根・人参
23	日	かゆ 鶏肉とかぼちゃのみそ煮 人参のやわらか煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・ワカメ・醤油	かゆ 助宗タラと人参のやわら 玉ねぎとなすのだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・なす・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とかぼちゃのみそ煮 人参のやわらか煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・ワカメ・醤油	かゆペースト 助宗タラと人参のやわら 玉ねぎとなすのだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・なす・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト かぼちゃ・白菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト キャベツペースト	おかゆ・かぼちゃ・白菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト キャベツペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・キャベツ
24	月	かゆ 助宗タラと小松菜のやわ 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・大根・豆腐・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・じゃが芋・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のやわ 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・大根・豆腐・味噌・オレンジ	かゆペースト 鶏肉と野菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・じゃが芋・焼ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根・豆腐ペースト・フ	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・大根・豆腐・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペー 人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・じゃが芋
25	火	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたう 人参のだし煮 さつま芋サラダ	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・さつま芋	かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサラ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・ほうれん草・人参・白菜・ワカメ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたう 人参のだし煮 さつま芋サラダ	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・さつま芋	かゆペースト 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサラ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・ほうれん草・人参・白菜・ワカメ・出し汁・醤油	かゆペースト キャベツ・玉ねぎペー 人参ペースト さつま芋ペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペー 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・白菜
26	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 もやしサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・もやし・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (バナ	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・豆腐・なす・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油	かゆペースト 助宗タラとかぼちゃのほ お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (バナ	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・豆腐・なす・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎのトマト煮ペー チンゲン菜・人参ペー	おかゆ・玉ねぎ・カットトマトパック・チンゲン菜・人参	かゆペースト かぼちゃペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペ	おかゆ・かぼちゃ・小松菜・人参・豆腐・バナナ
27	木	かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・ソーメン	かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・ソーメン	かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・ほうれん草・白菜・人参・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根
28	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃとトマトのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・トマト・なす・味噌	かゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 チンゲン菜のしらすサラ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・しらす干し・さつま芋・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃとトマトのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・トマト・なす・味噌	かゆペースト 豆腐と野菜のとろとろ煮 チンゲン菜のしらすサラ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・しらす干し・さつま芋・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・トマトペー	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・トマト	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペー チンゲン菜ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・さつま芋
29	土	かゆ 助宗タラとじゃが芋のみ 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラとじゃが芋のみ 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・大根	かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ
30	日	かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆペースト 豆腐・ほうれん草・人参 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆペースト 豆腐・ほうれん草・人参 玉ねぎペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・玉ねぎ・さつま芋	かゆペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・チンゲン菜
31	月	かゆ 助宗タラと野菜のやわら 人参のとりみ煮 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・片栗粉・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのマッ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・ソーメン	かゆ 助宗タラと野菜のやわら 人参のだし煮 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・片栗粉・オレンジ	かゆペースト 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのマッ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・ソーメン	かゆペースト キャベツ・玉ねぎペー 人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・オレンジ	かゆペースト 白菜・人参ペースト かぼちゃ・玉ねぎペー	おかゆ・白菜・人参・かぼちゃ・玉ねぎ