



離乳食曜日	後期 (9~11ヶ月)				中期 (7~8ヶ月)				初期 (5~6ヶ月)				
	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	
	1	火	やわらか野菜そうめん さつま芋のマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・玉ねぎ・出し汁・大根・じゃが芋・味噌	やわらか野菜そうめん さつま芋のマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・玉ねぎ・出し汁・大根・じゃが芋・味噌	そうめんペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	ソーメン・人参・さつま芋	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト 大根ペースト じゃが芋ペースト
2	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとり ほうれん草と人参のくた みそ汁・フルーツ (梨)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌・梨	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた トマトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・もやし・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとり ほうれん草と人参のくた みそ汁・フルーツ (梨)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌・梨	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた トマトサラダ	おかゆ・スケソウタラ・人参・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペース 梨ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・梨	かゆペースト チンゲン菜・人参ペース トマトペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・トマト
3	木	人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁・フルーツ (オ)	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・じゃが芋・きゅうり・小松菜・醤油・オレンジ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 白菜サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト・砂糖	人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁・フルーツ (オ)	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・じゃが芋・きゅうり・小松菜・醤油・オレンジ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 白菜サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト・砂糖	人参がゆペースト キャベツ・玉ねぎペース じゃが芋ペースト 小松菜ペースト・フルー	おかゆ・人参・キャベツ・玉ねぎ・じゃが芋・小松菜・オレンジ	かゆペースト 人参ペースト 白菜・玉ねぎペースト	おかゆ・人参・白菜・玉ねぎ
4	金	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 チンゲン菜と人参のとり みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・チンゲン菜・人参・片栗粉・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 ほうれん草と人参のだし みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 チンゲン菜と人参のとり フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・チンゲン菜・人参・片栗粉・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 ほうれん草と人参のだし みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・豆腐・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペース バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト ほうれん草・人参ペース 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・ほうれん草・人参・豆腐
5	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくた かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト・フル	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根	かゆペースト 小松菜ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト	おかゆ・小松菜・かぼちゃ・キャベツ・オレンジ
6	日	かゆ 豆腐と白菜のコトコト煮 トマトサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・玉ねぎ・ワカメ	かゆ 鶏肉となすのやわらか煮 ほうれん草と人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 豆腐と白菜のコトコト煮 トマトサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・玉ねぎ・ワカメ	かゆペースト 豆腐・白菜・人参ペース トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・じゃが芋・味噌	かゆペースト 豆腐・白菜・人参ペース 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・白菜・人参・トマト・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペース じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・じゃが芋
7	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とさつま芋のほくほ きゅうりと人参のサラ みそ汁	うどん・鶏肉・さつま芋・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・小松菜・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペース 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	うどん・鶏肉・さつま芋・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペース 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・大根・人参・小松菜	うどんペースト さつま芋ペースト 人参ペースト フルーツ (オレンジ)	うどん・さつま芋・人参・オレンジ
8	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほ チンゲン菜と人参のくた みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 豆腐と白菜のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・白菜	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほ チンゲン菜と人参のくた みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト じゃが芋ペースト チンゲン菜・人参ペース 玉ねぎペースト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・白菜	かゆペースト じゃが芋ペースト チンゲン菜・人参ペース 玉ねぎペースト	おかゆ・じゃが芋・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐・白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・白菜
9	水	かゆ 鶏肉と夏野菜のみそ煮 キャベツサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・なす・トマト・玉ねぎ・出し汁・味噌・片栗粉・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・醤油	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし ほうれん草と人参のサラ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・ほうれん草・人参・大根・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と夏野菜のみそ煮 キャベツサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・なす・トマト・玉ねぎ・出し汁・味噌・片栗粉・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・醤油	かゆペースト 白糸タラと玉ねぎのだし ほうれん草と人参のサラ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・ほうれん草・人参・大根・花ふ・味噌	かゆペースト トマト・玉ねぎペースト キャベツペースト かぼちゃペースト	おかゆ・トマト・玉ねぎ・キャベツ・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペース 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・大根
10	木	かゆ 豆腐と白菜のコトコト煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆ 豆腐と白菜のコトコト煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かゆペースト 豆腐ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆペースト 豆腐ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト さつま芋ペースト 人参ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・さつま芋・人参
11	金	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ きゅうりサラダ スープ・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	かゆ 助宗タラのトマト煮 チンゲン菜と人参のサラ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・なす・焼ふ・出し汁・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ きゅうりサラダ スープ・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	かゆペースト 助宗タラのトマト煮 チンゲン菜と人参のサラ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・なす・焼ふ・出し汁・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 ほうれん草ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ほうれん草・オレンジ	かゆペースト トマトペースト チンゲン菜・人参ペース	おかゆ・トマト・チンゲン菜・人参
12	土	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・味噌	かゆ 豆腐と白菜のみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・小松菜・醤油	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・味噌	かゆペースト 人参ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・小松菜・醤油	かゆペースト 人参ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト	おかゆ・人参・かぼちゃ・キャベツ	かゆペースト 豆腐・白菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト	おかゆ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ・小松菜
13	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・大根・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・ソーメン・ワカメ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・大根・花ふ・味噌	かゆペースト 助宗タラとほうれん草の 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・ソーメン・ワカメ・醤油	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎ・人 じゃが芋・大根ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・じゃが芋・大根	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参
14	月	かゆ 助宗タラのだし煮 小松菜と人参のくたくた みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・小松菜・人参・豆腐・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉となすの豆乳煮 キャベツと人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参	かゆ 助宗タラのだし煮 小松菜と人参のくたくた みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・小松菜・人参・豆腐・玉ねぎ・味噌	かゆペースト ブロッコリーペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐・玉ねぎペースト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参	かゆペースト ブロッコリーペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐・玉ねぎペースト	おかゆ・ブロッコリー・小松菜・人参・豆腐・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参
15	火	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・玉ねぎ・出し汁・大根・じゃが芋・味噌	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・玉ねぎ・出し汁・大根・じゃが芋・味噌	そうめんペースト 人参ペースト かぼちゃペースト	ソーメン・人参・かぼちゃ	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト 大根ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根・じゃが芋

離乳食曜日	後期 (9~11ヶ月)												中期 (7~8ヶ月)												初期 (5~6ヶ月)											
	昼				夕				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											
16	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎの ほうれん草と人参の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の ブロッコリーサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・れんこん・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎの ほうれん草と人参の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の ブロッコリーサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト ブロッコリーペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・ブロッコリー																							
17	木	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・小松菜・醤油	かゆ 助宗タラと人参の 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・冬瓜・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・小松菜・醤油	かゆ 助宗タラと人参の 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・冬瓜・味噌	かゆペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・じゃが芋・小松菜	かゆペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・人参・白菜																							
18	金	かゆ 助宗タラと野菜の チンゲン菜と人参の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・アスパラ・出し汁・チンゲン菜・人参・片栗粉・れんこん・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎの ほうれん草と人参の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・かぶ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜の チンゲン菜と人参の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・アスパラ・出し汁・チンゲン菜・人参・片栗粉	かゆ 鶏肉と玉ねぎの ほうれん草と人参の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・かぶ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト ほうれん草・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・ほうれん草・人参・かぶ																							
19	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎの 人参の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜の かぼちやのマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちや・キャベツ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎの 人参の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜の かぼちやのマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちや・キャベツ・花ふ・味噌	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	かゆペースト 小松菜ペースト かぼちやペースト キャベツペースト	おかゆ・小松菜・かぼちや・キャベツ																							
20	日	かゆ 豆腐と白菜の すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・玉ねぎ・ワカメ	かゆ 鶏肉となすの ほうれん草と人参の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 豆腐と白菜の すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・玉ねぎ・ワカメ	かゆ 鶏肉となすの ほうれん草と人参の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・じゃが芋・味噌	かゆペースト 豆腐・白菜・人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・白菜・人参・トマト・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・じゃが芋																							
21	月	かゆ 鶏肉と野菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とさつまい フルーツ (オレンジ) みそ汁	うどん・鶏肉・さつまい・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とさつまい フルーツ (オレンジ) みそ汁	うどん・鶏肉・さつまい・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・大根・人参・小松菜	かゆペースト さつまいペースト フルーツ (オレンジ)	うどん・さつまい・人参・オレンジ																							
22	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎの 豆腐と白菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・白菜	かゆ 助宗タラとじゃが芋の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎの 豆腐と白菜の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト じゃが芋ペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・じゃが芋・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐・白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・白菜																							
23	水	かゆ 鶏肉と野菜の みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・もやし・出し汁・砂糖・醤油・なす・かぼちや・味噌・バナナ	かゆ 白糸タラと玉ねぎの ほうれん草と人参の みそ汁・フルーツ (梨)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・ほうれん草・人参・大根・花ふ・味噌・梨	かゆ 鶏肉と野菜の みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・なす・かぼちや・味噌・バナナ	かゆ 白糸タラと玉ねぎの ほうれん草と人参の みそ汁・フルーツ (梨)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・ほうれん草・人参・大根・花ふ・味噌・梨	かゆペースト キャベツペースト かぼちやペースト バナナペースト	おかゆ・キャベツ・かぼちや・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト 大根ペースト・梨ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・大根・梨																							
24	木	かゆ 豆腐と白菜の みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かゆ 鶏肉と野菜の さつまい スープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまい・人参	かゆ 豆腐と白菜の みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かゆ 鶏肉と野菜の さつまい スープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまい・人参	かゆペースト 豆腐ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト さつまいペースト 人参ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・さつまい・人参																							
25	金	かゆ 鶏肉とじゃが芋の みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	かゆ 助宗タラの みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・なす・焼ふ・出し汁・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉とじゃが芋の みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	かゆ 助宗タラの みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・なす・焼ふ・出し汁・味噌・バナナ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 ほうれん草ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ほうれん草・オレンジ	かゆペースト トマトペースト チンゲン菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・トマト・チンゲン菜・人参・バナナ																							
26	土	かゆ 白糸タラと人参の みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・かぼちや・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 豆腐と白菜の みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・小松菜・醤油	かゆ 白糸タラと人参の みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・かぼちや・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 豆腐と白菜の みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・小松菜・醤油	かゆペースト 人参ペースト かぼちやペースト キャベツペースト	おかゆ・人参・かぼちや・キャベツ	かゆペースト 豆腐・白菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト	おかゆ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ・小松菜																							
27	日	かゆ 鶏肉と野菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・大根・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・ソメメン・ワカメ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・大根・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・ソメメン・ワカメ・醤油	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎ・人参 じゃが芋・大根ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・じゃが芋・大根	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参																							
28	月	かゆ 助宗タラの みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・出し汁・豆腐・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉となすの みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参	かゆ 助宗タラの みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・出し汁・豆腐・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉となすの みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参	かゆペースト トマトペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐・玉ねぎペースト	おかゆ・トマト・小松菜・人参・豆腐・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参																							
29	火	かゆ やわらか野菜 みそ汁	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・さつまい	かゆ 白糸タラと人参の みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・玉ねぎ・出し汁・大根・じゃが芋・味噌	かゆ やわらか野菜 みそ汁	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・さつまい	かゆ 白糸タラと人参の みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・玉ねぎ・出し汁・大根・じゃが芋・味噌	かゆペースト 人参ペースト さつまいペースト	ソーメン・人参・さつまい	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト 大根ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根・じゃが芋																							
30	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎの ほうれん草と人参の みそ汁・フルーツ (梨)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌・梨	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・もやし・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎの ほうれん草と人参の みそ汁・フルーツ (梨)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌・梨	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト 梨ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・梨	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト トマトペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・トマト																							
31	木	かゆ 鶏肉とキャベツの すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・きゅうり・小松菜・醤油	かゆ 助宗タラと人参の みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とキャベツの すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・きゅうり・小松菜・醤油	かゆ 助宗タラと人参の みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・じゃが芋・小松菜	かゆペースト 人参ペースト 白菜・玉ねぎペースト	おかゆ・人参・白菜・玉ねぎ																							