



離乳食

曜日

後期 (9~11ヶ月)

中期 (7~8ヶ月)

初期 (5~6ヶ月)

日	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	日	かゆ 豆腐とかぼちゃのコトコト トマトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・キャベツ・味噌	かゆ 白糸タラとれんこんのだ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・れんこん・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐とかぼちゃのコトコト トマトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・キャベツ・味噌	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト 豆腐・かぼちゃ・人参 トマトペースト キャベツペースト	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・トマト・キャベツ	かゆペースト チンゲン菜・人参 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ
2	月	かゆ 助宗タラと野菜のやわらか さつま芋のマッシュ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつま芋・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のやわらか さつま芋のマッシュ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつま芋・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつま芋・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト 小松菜ペースト・りんご	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋・小松菜・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 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
3	火	かゆ 鶏肉とれんこんのくたく チンゲン菜と人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・れんこん・白菜・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツの 大根と人参のサ ラダ みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 チンゲン菜と人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツの 大根と人参のサ ラダ みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト チンゲン菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・チンゲン菜・人参・かぼちゃ	かゆペースト キャベツペースト 大根・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ	おかゆ・キャベツ・大根・人参・豆腐・オレンジ
4	水	かゆ 鶏肉ともやしのやわらか トマトのしらすサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・もやし・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・しらす干し・玉ねぎ・味噌	かゆ くたくた野菜そうめん さつま芋のマッシュ フルーツ (バナナ)	ソーメン・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・バナナ	かゆ 鶏肉と人参のやわらか トマトのしらすサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・しらす干し・玉ねぎ・味噌	かゆ くたくた野菜そうめん さつま芋のマッシュ フルーツ (バナナ)	ソーメン・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・バナナ	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・トマト・玉ねぎ	かゆペースト そうめんペースト 小松菜・玉ねぎ・人参 さつま芋ペースト バナナペースト	ソーメン・小松菜・玉ねぎ・人参・さつま芋・バナナ
5	木	かゆ 助宗タラとキャベツのみ じゃが芋のマッシュ すまし汁・フルーツ (オ レンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・大根・醤油・オレンジ	かゆ 豆腐と玉ねぎの 白菜と人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのみ じゃが芋のマッシュ すまし汁・フルーツ (オ レンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・大根・醤油・オレンジ	かゆ 豆腐と玉ねぎの 白菜と人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・なす・ワカメ・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 大根ペースト・フルーツ	おかゆ・キャベツ・人参・じゃが芋・大根・オレンジ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・白菜・人参
6	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 小松菜サ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラとトマト煮 玉ねぎと人参の みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・かぼちゃ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 小松菜サ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラとトマト煮 玉ねぎと人参の みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・かぼちゃ・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜	かゆペースト トマトペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜・かぼちゃ	おかゆ・トマト・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・かぼちゃ・りんご
7	土	かゆ 白糸タラと玉ねぎの 白菜と人参の すまし汁・ヨーグル ト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・白菜・人参・味噌・ソーメン・豆腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とキャベツの じゃが芋の すまし汁・ヨーグル ト	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・片栗粉・大根・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎの 白菜と人参の すまし汁・ヨーグル ト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・白菜・人参・味噌・ソーメン・豆腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とキャベツの くたくた みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・片栗粉・大根・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・豆腐	かゆペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト 大根ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・じゃが芋・大根
8	日	かゆ 鶏肉と玉ねぎの 人参サ ラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・チンゲン菜	かゆ 助宗タラと人参の みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ワカメ・出し汁・トマト・玉ねぎ・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎの 人参サ ラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・チンゲン菜	かゆ 助宗タラと人参の みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ワカメ・出し汁・トマト・玉ねぎ・なす・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト・りんご	おかゆ・人参・トマト・玉ねぎ・りんご
9	月	かゆ 鶏肉のくたくた 小松菜と人参の みそ汁	うどん・鶏肉・大根・かぼちゃ・出し汁・味噌・小松菜・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎの みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・ほうれん草・しらす干し・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉のくたくた 小松菜と人参の みそ汁	うどん・鶏肉・大根・かぼちゃ・出し汁・味噌・小松菜・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎの みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・ほうれん草・しらす干し・じゃが芋・味噌	かゆペースト 大根・かぼちゃペースト 小松菜・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	うどん・大根・かぼちゃ・小松菜・人参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐・ほうれん草ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・ほうれん草・じゃが芋
10	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか チンゲン菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとさ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか チンゲン菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとさ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜	かゆペースト さつま芋ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・さつま芋・白菜・人参・玉ねぎ
11	水	かゆ 助宗タラとかぼ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラとかぼ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆペースト かぼちゃペースト キャベツ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・かぼちゃ・キャベツ・人参・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参
12	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 白菜ときゅう みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・きゅうり・ほうれん草・ワカメ・りんご	かゆ 助宗タラと みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・片栗粉・焼ふ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 白菜ときゅう みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・きゅうり・ほうれん草・ワカメ・りんご	かゆ 助宗タラと みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・片栗粉・焼ふ・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・白菜・ほうれん草・りんご	かゆペースト トマトペースト 大根・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・トマト・大根・人参・オレンジ
13	金	かゆ 鶏肉ともやし すまし汁	おかゆ・鶏肉・もやし・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・片栗粉・なす・ソーメン	かゆ 豆腐とキャベツ みそ汁	おかゆ・豆腐・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参	かゆ 鶏肉と人参 すまし汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・片栗粉・なす・ソーメン	かゆ 豆腐とキャベツ みそ汁	おかゆ・豆腐・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参	かゆペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・人参・さつま芋	かゆペースト 豆腐・キャベツペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・豆腐・キャベツ・チンゲン菜・人参
14	土	かゆ 助宗タラと人参 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・大根・きゅうり・玉ねぎ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉のみ すまし汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・白菜・醤油	かゆ 助宗タラと人参 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・大根・きゅうり・玉ねぎ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉のみ すまし汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・白菜・醤油	かゆペースト 人参ペースト 大根ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・大根・玉ねぎ	かゆペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト 白菜ペースト	おかゆ・人参・じゃが芋・白菜
15	日	かゆ 豆腐とかぼ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・キャベツ・味噌	かゆ 白糸タラとれん みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・れんこん・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐とかぼ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・キャベツ・味噌	かゆ 白糸タラとチン みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 豆腐・かぼちゃ・人参 トマトペースト キャベツペースト	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・トマト・キャベツ	かゆペースト チンゲン菜・人参 玉ねぎペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・オレンジ

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		
	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	使用食材一覧	
16	月	かゆ 助宗タラと野菜のやわらか さつま芋のマッシュ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のやわらか さつま芋のマッシュ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつま芋・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつま芋・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト 小松菜ペースト・りんご	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋・小松菜・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト 大豆ペースト・フルーツ	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・じゃが芋
17	火	かゆ 鶏肉とれんこんのくたく チンゲン菜と人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・れんこん・白菜・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのだ 大根と人参のサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラとキャベツのだ 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのだ 大根と人参のサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト チンゲン菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・チンゲン菜・人参・かぼちゃ	かゆペースト キャベツペースト 大根・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ	おかゆ・キャベツ・大根・人参・豆腐・オレンジ
18	水	かゆ 鶏肉ともやしのやわらか トマトのしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・もやし・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・しらす干し・玉ねぎ・味噌	かゆ たくたく野菜そうめん さつま芋のマッシュ フルーツ (バナナ)	ソーメン・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・バナナ	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトのしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・しらす干し・玉ねぎ・味噌	かゆ たくたく野菜そうめん さつま芋のマッシュ フルーツ (バナナ)	ソーメン・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・バナナ	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト バナナペースト	おかゆ・人参・トマト・玉ねぎ	そうめんペースト 小松菜・玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト バナナペースト	ソーメン・小松菜・玉ねぎ・人参・さつま芋・バナナ
19	木	かゆ 助宗タラとキャベツのだ じゃが芋と人参のほくほ すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・じゃが芋・人参・大根・醤油・オレンジ	かゆ 豆腐と玉ねぎののろろ 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのだ じゃが芋と人参のほくほ すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・じゃが芋・人参・大根・醤油・オレンジ	かゆ 豆腐と玉ねぎののろろ 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆペースト キャベツペースト じゃが芋・人参ペースト 大根ペースト・フルーツ	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・人参・大根・オレンジ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・白菜・人参
20	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・かぼちゃ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・かぼちゃ・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜	かゆペースト トマトペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜・かぼちゃ	おかゆ・トマト・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・かぼちゃ・りんご
21	土	かゆ 白菜タラと玉ねぎのだし 白菜と人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・白菜・人参・味噌・ソーメン・豆腐・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのくたく じゃが芋ののろろみ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・白菜・人参・味噌・ソーメン・豆腐・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのくたく じゃが芋ののろろみ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・白菜・人参・味噌・ソーメン・豆腐・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのくたく じゃが芋ののろろみ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・白菜・人参・味噌・ソーメン・豆腐・醤油・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・豆腐・オレンジ	かゆペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト 大根ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・じゃが芋・大根
22	日	かゆ 鶏肉と玉ねぎののろろ 人参サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・チンゲン菜	かゆ 助宗タラと人参のわかめ トマトサラダ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ワカメ・出し汁・トマト・玉ねぎ・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎののろろ 人参サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・チンゲン菜	かゆ 助宗タラと人参のわかめ トマトサラダ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ワカメ・出し汁・トマト・玉ねぎ・なす・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト・りんご	おかゆ・人参・トマト・玉ねぎ・りんご
23	月	かゆ 鶏肉のくたくた味噌うど 小松菜のやわらか煮	うどん・鶏肉・大根・かぼちゃ・出し汁・味噌・小松菜	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 豆腐とほうれん草のしら みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・ほうれん草・しらす干し・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉のくたくた味噌うど 小松菜のやわらか煮	うどん・鶏肉・大根・かぼちゃ・出し汁・味噌・小松菜	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 豆腐とほうれん草のしら みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・ほうれん草・しらす干し・じゃが芋・味噌	かゆペースト うどんペースト 大根・かぼちゃペースト 小松菜ペースト	うどん・大根・かぼちゃ・小松菜	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐・ほうれん草ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・ほうれん草・じゃが芋
24	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとさつま芋のほ 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとさつま芋のほ 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜	かゆペースト さつま芋ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・さつま芋・白菜・人参・玉ねぎ
25	水	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆペースト かぼちゃペースト キャベツ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナ	おかゆ・かぼちゃ・キャベツ・人参・豆腐・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参
26	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜ときゅうりのサラダ スープ・フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・きゅうり・ほうれん草・ワカメ・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参ののろろ煮 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・大根・人参・出し汁・片栗粉・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜ときゅうりのサラダ スープ・フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・きゅうり・ほうれん草・ワカメ・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参ののろろ煮 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・大根・人参・出し汁・片栗粉・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト ほうれん草ペースト・りんご	おかゆ・玉ねぎ・人参・白菜・ほうれん草・りんご	かゆペースト トマトペースト 大根・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・トマト・大根・人参・オレンジ
27	金	かゆ 鶏肉ともやしのやわらか さつま芋ののろろ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・もやし・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・片栗粉・なす・ソーメン	かゆ 豆腐とキャベツのコトコ チンゲン菜と人参のサラ すまし汁	おかゆ・豆腐・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 さつま芋ののろろ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・片栗粉・なす・ソーメン	かゆ 豆腐とキャベツのコトコ チンゲン菜と人参のサラ すまし汁	おかゆ・豆腐・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参	かゆペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・人参・さつま芋	かゆペースト 豆腐・キャベツペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・豆腐・キャベツ・チンゲン菜・人参
28	土	かゆ 助宗タラと人参のやわら 大根ときゅうりのサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・大根・きゅうり・玉ねぎ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉のみそ煮 じゃが芋のマッシュ すまし汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・白菜・醤油	かゆ 助宗タラと人参のやわら 大根ときゅうりのサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・大根・きゅうり・玉ねぎ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉のみそ煮 じゃが芋のマッシュ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・大根・きゅうり・玉ねぎ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 人参ペースト 大根ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・大根・玉ねぎ	かゆペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト 白菜ペースト	おかゆ・人参・じゃが芋・白菜
29	日	かゆ 豆腐とかぼちゃのコトコ トマトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・キャベツ・味噌	かゆ 白菜タラとれんこんのだ みそ汁 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・れんこん・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐とかぼちゃのコトコ トマトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・キャベツ・味噌	かゆ 白菜タラとれんこんのだ みそ汁 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 豆腐・かぼちゃ・人参ペースト トマトペースト キャベツペースト	おかゆ・豆腐・かぼちゃ・人参・トマト・キャベツ	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・オレンジ
30	月	かゆ 助宗タラと野菜のやわら さつま芋のマッシュ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつま芋・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のやわら さつま芋のマッシュ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつま芋・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつま芋・小松菜・なす・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト 小松菜ペースト・りんご	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋・小松菜・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 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