

													
<div style="writing-mode: vertical-rl;">雑乳食曜日</div>	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	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人参・白菜	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・チンゲン菜
2	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツともやしのサラダ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・もやし・花ふ・味噌・バナナ	かゆ たくた鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・ヨーグルト	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・花ふ・味噌・バナナ	かゆ たくた鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・ヨーグルト	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ・バナナ	うどんペースト 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	うどん・大根・人参・小松菜
3	土	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 ほうれん草と人参のやわらか煮	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぶとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・かぶ・トマト・かぼちゃ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 ほうれん草と人参のやわらか煮	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぶとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・かぶ・トマト・かぼちゃ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト ほうれん草・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・ほうれん草・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶ・トマトペースト かぼちゃペースト・フル	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・トマト・かぼちゃ・オレンジ
4	日	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 さつまいものころみ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・さつまいも・片栗粉・れんこん・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のだし煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 さつまいものころみ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・さつまいも・片栗粉・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎペースト さつまいもペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト さつまいもペースト	おかゆ・玉ねぎ・さつまいも	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜ペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・キャベツ・人参
5	月	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 きゅうりのサラダ フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 ほうれん草と大根のくたくた 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・ほうれん草・大根・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 きゅうりのサラダ フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・りんご	かゆペースト 助宗タラのトマト煮 ほうれん草と大根のくたくた 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・ほうれん草・大根・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト かぼちゃ・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・りんご	かゆペースト トマトペースト ほうれん草・大根ペースト 玉ねぎペースト・フル	おかゆ・トマト・ほうれん草・大根・玉ねぎ・オレンジ
6	火	かゆ 助宗タラとかぶのころみ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・片栗粉・人参・キャベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 さつまいもと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとかぶのころみ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・片栗粉・人参・キャベツ・味噌・いよかん	かゆペースト 助宗タラとかぶのころみ 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・人参・花ふ・味噌	かゆペースト かぶペースト 人参・キャベツペースト	おかゆ・かぶ・人参・キャベツ	かゆペースト 白菜ペースト さつまいも・人参ペースト	おかゆ・白菜・さつまいも・人参
7	水	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と小松菜のコトコト みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・小松菜・人参・出し汁・なす・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリー かぼちゃと人参の煮物 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・もやし・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と小松菜のコトコト みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・小松菜・人参・出し汁・なす・ワカメ・味噌	かゆペースト 白糸タラとブロッコリー かぼちゃと人参の煮物 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆペースト トマトペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト	おかゆ・トマト・豆腐・小松菜・人参	かゆペースト ブロッコリーペースト かぼちゃ・人参ペースト 玉ねぎペースト・バナナ	おかゆ・ブロッコリー・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・バナナ
8	木	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 じゃが芋と人参のほくほく煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・人参・ほうれん草・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 じゃが芋と人参のほくほく煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・人参・ほうれん草・味噌・オレンジ	かゆペースト 助宗タラと白菜のだし煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・人参・花ふ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト じゃが芋・人参ペースト ほうれん草ペースト・フル	おかゆ・白菜・じゃが芋・人参・ほうれん草・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・かぶ・人参
9	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリー スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・豆腐・人参・大根・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリー スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆペースト 助宗タラと玉ねぎのだし煮 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・豆腐・人参・大根・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリー キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 豆腐・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・人参・大根
10	土	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト 白菜のやわらか煮 スープ・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・かぶ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・出し汁・人参・醤油・りんご	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆペースト 助宗タラと野菜のトマト 白菜のやわらか煮 スープ・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・かぶ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・出し汁・人参・醤油・りんご	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜ペースト 人参ペースト・りんご	おかゆ・じゃが芋・かぶ・カットトマトパック・白菜・人参・りんご
11	日	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつまいもとほうれん草のみそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・ほうれん草・れんこん・味噌	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆペースト 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・ほうれん草	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・大根ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根・オレンジ	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつまいも・ほうれん草	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつまいも・ほうれん草
12	月	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	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・焼ふ・味噌・りんご	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・かぶ・味噌	かゆペースト 鶏肉と野菜のくたくた煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	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・焼ふ・味噌・りんご	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト かぶペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・じゃが芋・かぶ	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト りんごペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・りんご
13	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 白菜と大根のころみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・白菜・大根・片栗粉・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 白菜と大根のころみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・白菜・大根・片栗粉・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 白菜・大根ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・白菜・大根・玉ねぎ	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草
14	水	かゆ 人参かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜とかぶのサラダ スープ・フルーツ (りんご)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・かぶ・さつまいも・りんご	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・なす・豆腐・味噌・オレンジ	かゆ 人参かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜とかぶのサラダ スープ・フルーツ (りんご)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・かぶ・さつまいも・りんご	かゆペースト 助宗タラと玉ねぎのだし煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・なす・豆腐・味噌・オレンジ	かゆペースト 人参かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・かぶペースト さつまいもペースト・りんご	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松菜・かぶ・さつまいも・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・オレンジ
15	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆペースト 助宗タラと玉ねぎのトマト人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆペースト 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人参・白菜	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・チンゲン菜

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	金	かゆ 豆腐と野菜ののり煮 キャベツともやしのサ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ キャベツ・もやし・花ふ・味噌	かゆ 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出 し汁・醤油・砂糖・小松菜・ヨ ーグルト	かゆ 豆腐と野菜ののり煮 キャベツサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ キャベツ・花ふ・味噌	かゆ 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出 し汁・醤油・砂糖・小松菜・ヨ ーグルト	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ キャベツ	うどんペースト 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	うどん・大根・人参・小松菜
17	土	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 ほうれん草と人参のやわ らか煮	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん 草・人参	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぶとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・人参・出し汁・かぶ・トマ ト・かぼちゃ・ワカメ・味噌・ オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 ほうれん草と人参のやわ らか煮	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん 草・人参	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぶとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・人参・出し汁・かぶ・トマ ト・かぼちゃ・ワカメ・味噌・ オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト ほうれん草・人参ペー ス	おかゆ・玉ねぎ・白菜・ほうれ ん草・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶ・トマトペースト かぼちゃペースト・フル ーツ	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・ トマト・かぼちゃ・オレンジ
18	日	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし 煮 さつま芋ののり煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・さつま芋・片栗 粉・れんこん・焼ふ・味噌・ヨ ーグルト・砂糖	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のだし煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲ ン菜・出し汁・砂糖・醤油・キ ャベツ・人参	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし 煮 さつま芋ののり煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・さつま芋・片栗 粉・焼ふ・味噌・ヨーグルト・ 砂糖	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のだし煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲ ン菜・出し汁・砂糖・醤油・キ ャベツ・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・さつま芋	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・チンゲン 菜・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲ ン菜・キャベツ・人参
19	月	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほ きゅうりのサラダ フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼち ゃ・人参・出し汁・砂糖・醤 油・きゅうり・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 ほうれん草と大根のくた 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・ほうれん草・ 大根・出し汁・玉ねぎ・ワカ メ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほ きゅうりのサラダ フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼち ゃ・人参・出し汁・砂糖・醤 油・きゅうり・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 ほうれん草と大根のくた 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・ほうれん草・ 大根・出し汁・玉ねぎ・ワカ メ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト かぼちゃ・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・人 参・りんご	かゆペースト トマトペースト ほうれん草・大根ペー ス 玉ねぎペースト・フル ーツ	おかゆ・トマト・ほうれん草・ 大根・玉ねぎ・オレンジ
20	火	かゆ 助宗タラとかぶののり煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・ 出し汁・片栗粉・人参・キャ ベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・ 砂糖・醤油・さつま芋・人参・ 花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとかぶののり煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・ 出し汁・片栗粉・人参・キャ ベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・ 砂糖・醤油・さつま芋・人参・ 花ふ・味噌	かゆペースト かぶペースト 人参・キャベツペースト	おかゆ・かぶ・人参・キャベツ	かゆペースト 白菜ペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・白菜・さつま芋・人参
21	水	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と小松菜のコトコト みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・豆腐・小松菜・人参・出 し汁・なす・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリー かぼちゃと人参の煮物 みそ汁・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッ コリー・出し汁・かぼちゃ・人 参・もやし・玉ねぎ・味噌・バ ナナ	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と小松菜のコトコト みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・豆腐・小松菜・人参・出 し汁・なす・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリー かぼちゃと人参の煮物 みそ汁・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッ コリー・出し汁・かぼちゃ・人 参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆペースト トマトペースト 豆腐・小松菜・人参ペー ス	おかゆ・トマト・豆腐・小松 菜・人参	かゆペースト ブロッコリーペースト かぼちゃ・人参ペースト 玉ねぎペースト・バナ ナ	おかゆ・ブロッコリー・かぼち ゃ・人参・玉ねぎ・バナナ
22	木	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 じゃが芋と人参のほくほ きゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・ 出し汁・じゃが芋・人参・ほう れん草・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲ ン菜・出し汁・砂糖・醤油・か ぶ・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 じゃが芋と人参のほくほ きゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・ 出し汁・じゃが芋・人参・ほう れん草・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲ ン菜・出し汁・砂糖・醤油・か ぶ・人参・花ふ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト じゃが芋・人参ペースト ほうれん草ペースト・フ ルーツ	おかゆ・白菜・じゃが芋・人 参・ほうれん草・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペー ス かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・ かぶ・人参
23	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリー スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 煮 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・豆腐・人参・大 根・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリー スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 煮 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・豆腐・人参・大 根・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリー キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼち ゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 豆腐・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・人参・ 大根
24	土	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出 し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ 人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のトマト 煮 白菜のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (りん ご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが 芋・かぶ・カットトマトバッ ク・水・精製塩・白菜・出し 汁・人参・醤油・りんご	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出 し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ 人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のトマト 煮 白菜のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (りん ご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが 芋・かぶ・カットトマトバッ ク・水・精製塩・白菜・出し 汁・人参・醤油・りんご	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉 ねぎ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜ペースト 人参ペースト・りんご	おかゆ・じゃが芋・かぶ・カッ トトマトバック・白菜・人参・ りんご
25	日	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわら か煮 さつま芋とほうれん草の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャ ベツ・出し汁・砂糖・醤油・さ つま芋・ほうれん草・れんこん・ 味噌	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわら か煮 さつま芋とほうれん草の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャ ベツ・出し汁・砂糖・醤油・さ つま芋・ほうれん草	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・大根ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根・ オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペー ス さつま芋・ほうれん草	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さ つま芋・ほうれん草
26	月	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・じゃが 芋・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 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・焼ふ・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・じゃが 芋・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 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・焼ふ・味噌	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペー ス じゃが芋ペースト かぶペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ じゃが芋・かぶ	かゆペースト チンゲン菜・人参ペー ス 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉 ねぎ
27	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 白菜と大根ののり煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・シロイトタラ・人参・ 出し汁・白菜・大根・片栗粉・ 玉ねぎ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャ ベツ・人参・ほうれん草・ワカ メ・味噌	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 白菜と大根ののり煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・シロイトタラ・人参・ 出し汁・白菜・大根・片栗粉・ 玉ねぎ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャ ベツ・人参・ほうれん草・ワカ メ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 白菜・大根ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・白菜・大根・玉 ねぎ	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペー ス キャベツ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・キ ャベツ・人参・ほうれん草
28	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 小松菜とかぶのサラダ みそ汁・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・小松菜・ かぶ・さつま芋・バナナ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・人参・出し汁・なす・豆 腐・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 小松菜とかぶのサラダ みそ汁・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・小松菜・ かぶ・さつま芋・バナナ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・人参・出し汁・なす・豆 腐・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜・かぶペースト さつま芋ペースト・バ ナ	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松 菜・かぶ・さつま芋・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・ オレンジ
29	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ ト煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・人 参・出し汁・白菜・味噌・いよ かん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味 噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ ト煮 みそ汁・フルーツ (いよ かん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・人 参・出し汁・白菜・味噌・いよ かん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味 噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人 参・白菜	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人 参・チンゲン菜