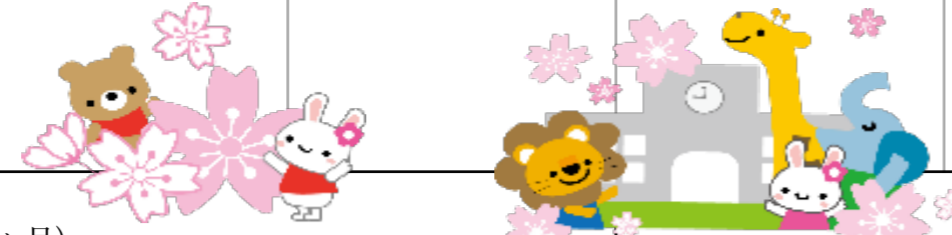
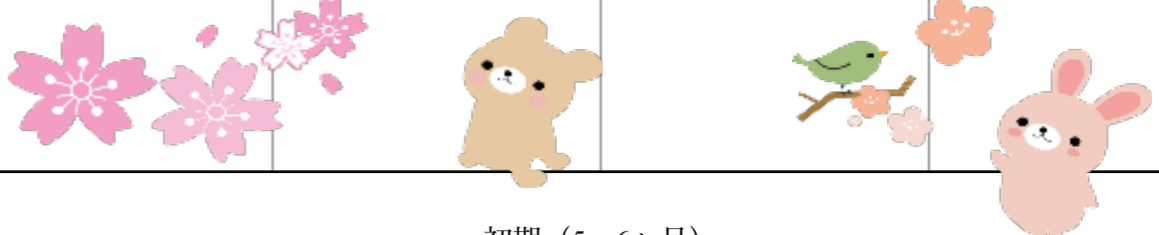
 後期 (9~11ヶ月)				 中期 (7~8ヶ月)				 初期 (5~6ヶ月)			
離乳食曜日		昼		夕		昼		夕		昼		夕	
		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧	
1	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・じゃが 芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・ 大根・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・じゃが 芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・ 大根・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・じゃ が芋	かゆペースト 人参ペースト・玉ねぎペ チンゲン菜・大根ペース フルーツ (オレンジ)	おかゆ・人参・玉ねぎ・チン ゲン菜・大根・オレンジ
2	火	かゆ 白糸タラとキャベツのく 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (不知)	おかゆ・シロイトタラ・キャベ ツ・玉ねぎ・出し汁・人参・な す・味噌・不知火 (しらぬい)	かゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ かぼちゃ・ソーメン	かゆ 白糸タラとキャベツのく 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (不知)	おかゆ・シロイトタラ・キャベ ツ・玉ねぎ・出し汁・人参・な す・味噌・不知火 (しらぬい)	かゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ かぼちゃ・ソーメン	かゆペースト キャベツ・玉ねぎペ 人参ペースト フルーツ (不知火)	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・ 人参・不知火 (しらぬい)	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペ かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人 参・かぼちゃ
3	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 ほうれん草と人参のサラ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・味噌・ほうれん草・人参・ 白菜・ワカメ・醤油	かゆ 助宗タラのおろし煮 もやしと人参のやわらか みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・ 小松菜・出し汁・もやし・人 参・花ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 ほうれん草と人参のサラ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・味噌・ほうれん草・人参・ 白菜・ワカメ・醤油	かゆ 助宗タラのおろし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・ 小松菜・出し汁・人参・花ふ・ 味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペ 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん 草・人参・白菜	かゆペースト 大根・小松菜ペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・大根・小松菜・人 参・バナナ
4	木	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の かぼちゃのほっこり煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・チンゲ ン菜・出し汁・かぼちゃ・豆 腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりと人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・スナ ップエンドウ・豆乳・水・精製 塩・きゅうり・人参・玉ねぎ・ 出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の かぼちゃのほっこり煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・チンゲ ン菜・出し汁・かぼちゃ・豆 腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりと人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・豆 乳・水・精製塩・きゅうり・人 参・玉ねぎ・出し汁・醤油	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぼちゃペースト 豆腐ペースト	おかゆ・チンゲン菜・かぼち ゃ・豆腐	かゆペースト キャベツペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・ 人参
5	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ ブロッコリー・グリーンアスパ ラ・出し汁・砂糖・醤油・もや し・焼ふ・味噌・バナナ	かゆ 白糸タラと野菜のくたく 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (不知)	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・ほうれん草・出し汁・白 菜・人参・大根・なす・味噌・ 不知火 (しらぬい)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ ブロッコリー・グリーンアスパ ラ・出し汁・砂糖・醤油・焼 ふ・味噌・バナナ	かゆ 白糸タラと野菜のくたく 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (不知)	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・ほうれん草・出し汁・白 菜・人参・大根・なす・味噌・ 不知火 (しらぬい)	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参・ブロッコリーペ バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・プロ ッコリー・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペ 白菜・人参ペースト 大根ペースト・フルーツ	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん 草・白菜・人参・大根・不知 火 (しらぬい)
6	土	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 きゅうりとトマトのサラ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・きゅうり・トマト・キ ャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 人参かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ 豆腐とチンゲン菜のコト	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・ じゃが芋・出し汁・砂糖・醤 油・豆腐・チンゲン菜	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 きゅうりとトマトのサラ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・きゅうり・トマト・キ ャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 人参かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ 豆腐とチンゲン菜のコト	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・ じゃが芋・出し汁・砂糖・醤 油・豆腐・チンゲン菜	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト キャベツペースト・フル	おかゆ・人参・トマト・キ ャベツ・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・じゃが芋ペ 豆腐・チンゲン菜ペ ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・じゃ が芋・豆腐・チンゲン菜
7	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と小松菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・大根・小 松菜・しらす干し・さつま芋・ 味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・白菜・ 玉ねぎ・出し汁・人参・焼ふ・ 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 大根と小松菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・大根・小 松菜・しらす干し・さつま芋・ 味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・白菜・ 玉ねぎ・出し汁・人参・焼ふ・ 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 大根・小松菜ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大 根・小松菜・さつま芋	かゆペースト 白菜・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参
8	月	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 じゃが芋のトマトサラダ	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油・じゃ が芋・トマト	かゆ 鶏肉とアスパラのやわら 人参ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリー ンアスパラ・出し汁・砂糖・醤 油・人参・きゅうり・ほうれん 草・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 じゃが芋のトマトサラダ	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油・じゃ が芋・トマト	かゆ 鶏肉とアスパラのやわら 人参ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリー ンアスパラ・出し汁・砂糖・醤 油・人参・きゅうり・ほうれん 草・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト チンゲン菜・人参ペ じゃが芋・トマトペ ペースト	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・ 人参・じゃが芋・トマト	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほう れん草
9	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・大根・人参・ワカ メ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・片栗粉・キ ャベツ・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・大根・人参・ワカ メ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・片栗粉・キ ャベツ・人参・なす・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 大根・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・大根・人 参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペ ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・ 人参
10	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ 豆腐	かゆ 助宗タラと小松菜のくた かぼちゃと人参のマッ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松 菜・出し汁・かぼちゃ・人参・ もやし・味噌・ヨーグルト・砂 糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ 豆腐	かゆ 助宗タラと小松菜のくた かぼちゃと人参のマッ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松 菜・出し汁・かぼちゃ・人参・ ヨーグルト・砂糖	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 小松菜ペースト かぼちゃ・人参ペースト	おかゆ・小松菜・かぼちゃ・ 人参
11	木	かゆ 白糸タラとさつま芋のほ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・シロイトタラ・さつま 芋・出し汁・人参・玉ねぎ・キ ャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 チンゲン菜と人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・チンゲン菜・人参・大 根・焼ふ・出し汁・味噌	かゆ 白糸タラとさつま芋のほ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・シロイトタラ・さつま 芋・出し汁・人参・玉ねぎ・キ ャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 チンゲン菜と人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・チンゲン菜・人参・大 根・焼ふ・出し汁・味噌	かゆペースト さつま芋ペースト・人 参 玉ねぎ・キャベツペ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・さつま芋・人参・玉 ねぎ・キャベツ・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 大根ペースト	おかゆ・トマト・チンゲ ン菜・人参・大根
12	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりとスナップエン スープ・フルーツ (バナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・きゅう り・スナップエンドウ・小松 菜・バナナ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 じゃが芋のほっこり煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・じゃが芋・白菜・ワカ メ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりサラダ スープ・フルーツ (バナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・きゅう り・小松菜・バナナ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 じゃが芋のほっこり煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・じゃが芋・白菜・ワカ メ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松 菜・バナナ	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
13	土	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の かぼちゃと人参のマッ すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・チンゲ ン菜・出し汁・味噌・かぼち ゃ・人参・大根・焼ふ・醤油・ ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の かぼちゃと人参のマッ すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・チンゲ ン菜・出し汁・味噌・かぼち ゃ・人参・大根・焼ふ・醤油・ ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぼちゃ・人参ペ 大根ペースト	おかゆ・チンゲン菜・かぼち ゃ・人参・大根	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつ ま芋
14	日	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコト 白菜と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ 小松菜・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた トマトときゅうりのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉 ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・ト マト・きゅうり・キャベツ・味 噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコト 白菜と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ 小松菜・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた トマトときゅうりのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉 ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・ト マト・きゅうり・キャベツ・味 噌	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・白 菜・人参・小松菜	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペ トマトペースト キャベツペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ね ぎ・トマト・キャベツ
15	月	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・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・じゃが 芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・ 大根・味噌・オレンジ	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・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・じゃが 芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・ 大根・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・じゃ が芋	かゆペースト 人参ペースト・玉ねぎペ チンゲン菜・大根ペ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・人参・玉ねぎ・チン ゲン菜・大根・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	火	かゆ 白糸タラとキャベツのく 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・なす・味噌	かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・ソーメン	かゆ 白糸タラとキャベツのく 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・なす・味噌	かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・ソーメン	かゆペースト キャベツ・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ
17	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 ほうれん草と人参のサラ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・ほうれん草・人参・白菜・ワカメ・醤油	かゆ 助宗タラのおろし煮 もやしと人参のやわらか みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・小松菜・出し汁・もやし・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 ほうれん草と人参のサラ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・ほうれん草・人参・白菜・ワカメ・醤油	かゆ 助宗タラのおろし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・小松菜・出し汁・人参・花ふ・味噌・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 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・白菜	かゆペースト 大根・小松菜ペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・大根・小松菜・人参・バナナ
18	木	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の かぼちゃのほっこり煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・かぼちゃ・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりと人参のサラ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・スナックエンドウ・豆乳・水・精製塩・きゅうり・人参・玉ねぎ・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の かぼちゃのほっこり煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・かぼちゃ・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりと人参のサラ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・豆乳・水・精製塩・きゅうり・人参・玉ねぎ・出し汁・醤油	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぼちゃペースト 豆腐ペースト	おかゆ・チンゲン菜・かぼちゃ・豆腐	かゆペースト キャベツペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参
19	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・もやし・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のくたく 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・大根・なす・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のくたく 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・大根・なす・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参・ブロッコリーペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・さつま芋	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト 大根ペースト・バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・白菜・人参・大根・バナナ
20	土	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 きゅうりとトマトのサラ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・きゅうり・トマト・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこり 豆腐とチンゲン菜のコト みそ汁	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・チンゲン菜	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 きゅうりとトマトのサラ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・きゅうり・トマト・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 人参かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこり 豆腐とチンゲン菜のコト みそ汁	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・チンゲン菜	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト キャベツペースト・フル	おかゆ・人参・トマト・キャベツ・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・じゃが芋ペースト 豆腐・チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・じゃが芋・豆腐・チンゲン菜
21	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と小松菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・小松菜・しらす干し・さつま芋・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・出し汁・人参・焼ふ・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 大根と小松菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・小松菜・しらす干し・さつま芋・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・出し汁・人参・焼ふ・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 大根・小松菜ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根・小松菜・さつま芋	かゆペースト 白菜・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参
22	月	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の豆乳 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・豆乳・水・精製塩・豆腐・人参・出し汁・玉ねぎ・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉とアスパラのやわらか 人参ときゅうりのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・ほうれん草・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の豆乳 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・豆乳・水・精製塩・豆腐・人参・出し汁・玉ねぎ・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉とアスパラのやわらか 人参ときゅうりのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・ほうれん草・味噌	かゆペースト チンゲン菜ペースト 豆腐・人参ペースト 玉ねぎ・じゃが芋ペースト	おかゆ・チンゲン菜・豆腐・人参・玉ねぎ・じゃが芋	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草
23	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎののろろ キャベツと人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・キャベツ・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎののろろ キャベツと人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・キャベツ・人参・なす・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 大根・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・大根・人参・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
24	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・豆腐	かゆ 助宗タラと小松菜のくたく かぼちゃと人参のマッシュ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・人参・もやし・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・豆腐	かゆ 助宗タラと小松菜のくたく かぼちゃと人参のマッシュ ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・人参・ヨーグルト・砂糖	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 小松菜ペースト かぼちゃ・人参ペースト	おかゆ・小松菜・かぼちゃ・人参
25	木	かゆ 白糸タラとさつま芋のほ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・人参・玉ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 チンゲン菜と人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・大根・焼ふ・出し汁・味噌	かゆ 白糸タラとさつま芋のほ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・人参・玉ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 チンゲン菜と人参のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・大根・焼ふ・出し汁・味噌	かゆペースト さつま芋ペースト・人参 玉ねぎ・キャベツペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・さつま芋・人参・玉ねぎ・キャベツ・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 大根ペースト	おかゆ・トマト・チンゲン菜・人参・大根
26	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりとスナックエン スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・スナックエンドウ・小松菜	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 じゃが芋と豆腐のほっこり みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・じゃが芋・豆腐・白菜・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・小松菜	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 じゃが芋と豆腐のほっこり みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・じゃが芋・豆腐・白菜・ワカメ・味噌	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 人参ペースト じゃが芋・豆腐ペースト 白菜ペースト	おかゆ・人参・じゃが芋・豆腐・白菜
27	土	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の かぼちゃと人参のマッシュ すまし汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・味噌・かぼちゃ・人参・大根・焼ふ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の かぼちゃと人参のマッシュ すまし汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・味噌・かぼちゃ・人参・大根・焼ふ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぼちゃ・人参ペースト 大根ペースト・フルーツ	おかゆ・チンゲン菜・かぼちゃ・人参・大根・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋
28	日	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコト 白菜と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたく トマトときゅうりのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・キャベツ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコト 白菜と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたく トマトときゅうりのサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・キャベツ・味噌	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・白菜・人参・小松菜	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペースト トマトペースト キャベツペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・トマト・キャベツ
29	月	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・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・じゃが芋	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・大根ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・大根
30	火	かゆ 白糸タラとキャベツのく 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・なす・味噌	かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・ソーメン	かゆ 白糸タラとキャベツのく 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・なす・味噌	かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・ソーメン	かゆペースト キャベツ・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ