

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	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ ほうれん草サラダ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ ほうれん草サラダ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・ワカメ・味噌	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 ほうれん草ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ほうれん草	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・かぶ
2	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・味噌・大根・ソーメン	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・味噌・大根・ソーメン	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・さつま芋	かゆペースト 小松菜・玉ねぎ・人参ペ 白菜ペースト 大根ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・白菜・大根
3	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだ 玉ねぎと人参のやわらか スープ・フルーツ (オレ	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・人参・玉ねぎ・なす・味噌	かゆ 白糸タラとキャベツのだ 玉ねぎと人参のやわらか スープ・フルーツ (オレ	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・人参・玉ねぎ・なす・味噌	かゆペースト キャベツペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト・フ	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・オレンジ	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・玉ねぎ
4	土	かゆ 鶏肉とスナップエンドウ 白菜と人参のしらすサ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・スナップエンドウ・出し汁・味噌・白菜・人参・しらす干し・花ふ・醤油	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 トマトときゅうりのサ すまし汁	おかゆ・豆腐・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・じゃが芋・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 白菜と人参のしらすサ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・白菜・人参・しらす干し・花ふ・醤油	かゆペースト 豆腐と野菜のコトコト煮 トマトときゅうりのサ すまし汁	おかゆ・豆腐・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・じゃが芋・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参	かゆペースト 豆腐・大根・人参ペ トマトペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・大根・人参・トマト・じゃが芋
5	日	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・かぼちゃ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・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・かぼちゃ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・かぼちゃ	おかゆ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ
6	月	かゆ 鶏肉とブロッコリーのや 野菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくた さつま芋と人参のどろ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・さつま芋・人参・片栗粉・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とブロッコリーのや 野菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくた さつま芋と人参のどろ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・さつま芋・人参・片栗粉・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆペースト ブロッコリーペースト ほうれん草・玉ねぎ・人 豆腐ペースト	おかゆ・ブロッコリー・ほうれん草・玉ねぎ・人参・豆腐	かゆペースト 小松菜ペースト さつま芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・さつま芋・人参・玉ねぎ
7	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・じゃが芋・大根・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のだし煮 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・白菜・味噌	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・じゃが芋・大根・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のだし煮 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・白菜・味噌	かゆペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト 大根ペースト	おかゆ・人参・じゃが芋・大根	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペ 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜
8	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか かぼちゃのマッシュ	うどん・鶏肉・キャベツ・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた きゅうりと人参のしらす みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた きゅうりと人参のしらす みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆペースト うどんペースト キャベツ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト チンゲン菜・かぼちゃ	うどん・キャベツ・人参・かぼちゃ	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参
9	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほ 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・小松菜・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ チンゲン菜と人参のだし フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のほくほ 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・小松菜・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ チンゲン菜と人参のだし フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・オレンジ	かゆペースト さつま芋・玉ねぎペ 白菜・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・さつま芋・玉ねぎ・白菜・人参・小松菜	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト チンゲン菜・人参ペ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・トマト・チンゲン菜・人参・オレンジ
10	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・もやし・大根・人参・出し汁・味噌・なす・花ふ・醤油	かゆ 鶏肉と春野菜のほくほ 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ (バナ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃが芋・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・味噌・なす・花ふ・醤油	かゆペースト 鶏肉と春野菜のほくほ 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ (バナ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃが芋・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・バナナ	かゆペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・大根・人参	かゆペースト キャベツ・じゃが芋ペ 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナ	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐・バナナ
11	土	かゆ 助宗タラと玉ねぎのどろ チンゲン菜と人参のくた みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・人参・白菜・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト	かゆ 助宗タラと玉ねぎのどろ チンゲン菜と人参のくた みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・人参・白菜・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペ 白菜ペースト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・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 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・白菜	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト トマトペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・トマト
12	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか キャベツときゅうりのサ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・きゅうり・ほうれん草	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツときゅうりのサ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・きゅうり・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ・ほうれん草	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・小松菜・人参・かぼちゃ
13	月	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 トマトと大根のサ みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・味噌・片栗粉・トマト・大根・人参・ワカメ・醤油	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・白菜・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 トマトと大根のサ みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・味噌・片栗粉・トマト・大根・人参・ワカメ・醤油	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・チ トマト・大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・白菜・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・チンゲン菜・トマト・大根・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト さつま芋ペースト・フル	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・さつま芋・オレンジ
14	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 小松菜と人参のサ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・小松菜・人参・かぼちゃ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 豆腐ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・きゅうり・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 小松菜と人参のサ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・小松菜・人参・かぼちゃ・醤油	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペ 小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・きゅうり・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・小松菜・人参・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐
15	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ ほうれん草サラダ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・もやし・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ ほうれん草サラダ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草	かゆペースト 助宗タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のワカメ煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ワカメ・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	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ほうれん草	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・バナナ



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	
16	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・さつま 芋・きゅうり・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ね ぎ・人参・出し汁・砂糖・醬 油・白菜・味噌・大根・ソーメ ン	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・さつま 芋・きゅうり・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ね ぎ・人参・出し汁・砂糖・醬 油・白菜・味噌・大根・ソーメ ン	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ さつま芋	かゆペースト 小松菜・玉ねぎ・人参ペ ースト 白菜ペースト 大根ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人 参・白菜・大根
		かゆ 白糸タラとキャベツのだ もやしと人参のやわらか スープ・フルーツ (バナ	おかゆ・シロイトタラ・キャベ ツ・出し汁・もやし・人参・チ ンゲン菜・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね ぎ・なす・味噌	かゆ 白糸タラとキャベツのだ もやしと人参のやわらか スープ・フルーツ (バナ	おかゆ・シロイトタラ・キャベ ツ・出し汁・人参・チンゲン 菜・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね ぎ・なす・味噌	かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト・バ	おかゆ・キャベツ・人参・チン ゲン菜・バナナ	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・玉 ねぎ
18	土	かゆ 鶏肉とスナップエンドウ 白菜と人参のしらすサ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・スナッ プエンドウ・出し汁・味噌・白 菜・人参・しらす干し・花ふ・ 醤油	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 トマトときゅうりのサ みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・豆腐・大根・人参・出 し汁・砂糖・醤油・トマト・き ゅうり・じゃが芋・ワカメ・味 噌・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 トマトときゅうりのサ みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・豆腐・大根・人参・出 し汁・砂糖・醤油・トマト・き ゅうり・じゃが芋・ワカメ・味 噌・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	おかゆ・豆腐・大根・人参・出 し汁・砂糖・醤油・トマト・き ゅうり・じゃが芋・ワカメ・味 噌・オレンジ	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜ペースト・バ	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参	かゆペースト 豆腐・大根・人参ペース ト トマトペースト じゃが芋ペースト・フル	おかゆ・豆腐・大根・人参・ト マト・じゃが芋・オレンジ
		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・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・ かぼちゃ・味噌・ヨーグルト・ 砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・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・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・ かぼちゃ・味噌・ヨーグルト・ 砂糖	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・かぼちゃペ	おかゆ・人参・玉ねぎ・チンゲ ン菜・かぼちゃ	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・人参・キャベ ツ	かゆペースト 小松菜ペースト さつま芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・さつま芋・人 参・玉ねぎ
20	月	かゆ 鶏肉のトマト煮 野菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・出し汁・豆腐・ワカメ・味 噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくた さつま芋と人参のとろと みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松 菜・出し汁・さつま芋・人参・ 片栗粉・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉のトマト煮 野菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・出し汁・豆腐・ワカメ・味 噌	かゆペースト トマトペースト ほうれん草・玉ねぎ・人 豆腐ペースト	おかゆ・スケソウタラ・小松 菜・出し汁・さつま芋・人参・ 片栗粉・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・かぼちゃペ	おかゆ・トマト・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参・豆腐	かゆペースト 小松菜ペースト さつま芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・さつま芋・人 参・玉ねぎ
		かゆ 白糸タラと人参のだし煮 ポテトサラダ みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・シロイトタラ・人参・ 出し汁・じゃが芋・大根・味 噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のだし煮 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・白菜・味噌	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 ポテトサラダ みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・シロイトタラ・人参・ 出し汁・じゃが芋・大根・味 噌・オレンジ	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・フルーツ	おかゆ・人参・じゃが芋・大 根・オレンジ	かゆペースト 人参ペースト チンゲン菜・玉ねぎペー ースト 白菜ペースト	おかゆ・人参・じゃが芋・大 根・オレンジ	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・チンゲン菜・玉ねぎ・人 参・白菜
22	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか かぼちゃのマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・キャベツ・人 参・ワカメ・出し汁・砂糖・醬 油・かぼちゃ・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた きゅうりと人参のしらす みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ 人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた かぼちゃのマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・キャベツ・人 参・ワカメ・出し汁・砂糖・醬 油・かぼちゃ・バナナ	かゆペースト キャベツ・人参ペースト かぼちゃペースト バナナペースト	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ 人参・しらす干し・焼ふ・味噌	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	うどん・キャベツ・人参・かほ ちゃ・バナナ	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参
		かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・白 菜・人参・小松菜・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ チンゲン菜と人参のだし フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・チン ゲン菜・人参・出し汁・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ チンゲン菜と人参のだし フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・さつま芋・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・白 菜・人参・小松菜・味噌	かゆペースト さつま芋・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・さつま芋・玉ねぎ・白 菜・人参・小松菜	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・さつま芋・玉ねぎ・白 菜・人参・小松菜	かゆペースト トマトペースト チンゲン菜・人参ペース ト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・トマト・チン ゲン菜・人参・オレンジ
24	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・もやし・大根・ 人参・出し汁・味噌・なす・花 ふ・醤油	かゆ 鶏肉と春野菜のほくほく 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ (バナ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃ が芋・グリーンアスパラ・出し 汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人 参・豆腐・ワカメ・バナナ	かゆ 鶏肉と春野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出 し汁・味噌・なす・花ふ・醤油	かゆペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃ が芋・グリーンアスパラ・出し 汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人 参・豆腐・ワカメ・バナナ	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト 豆腐ペースト・バナナペ	おかゆ・大根・人参	かゆペースト キャベツ・じゃが芋ペー ースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペ	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・ 玉ねぎ・人参・豆腐・バナナ
		かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろ チンゲン菜と人参のくた みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン 菜・人参・白菜・味噌・ヨーグ ルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・トマト	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろ チンゲン菜と人参のくた みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン 菜・人参・白菜・味噌・ヨーグ ルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペース ト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・ 人参・白菜	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・玉ねぎ・チンゲン菜・ 人参・白菜	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト トマトペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・トマト
26	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか キャベツときゅうりのサ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・きゅうり・ほうれん草	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・小松 菜・人参・出し汁・砂糖・醬 油・かぼちゃ・焼ふ・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・きゅうり・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・小松 菜・人参・出し汁・砂糖・醬 油・かぼちゃ・焼ふ・味噌	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・玉ねぎ・人参・キャベ ツ・ほうれん草	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・小松 菜・人参・かぼちゃ
		かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 トマトと大根のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ね ぎ・チンゲン菜・出し汁・味 噌・片栗粉・トマト・大根・人 参・ワカメ・醤油	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・白菜・人参・さつ ま芋・味噌・オレンジ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ね ぎ・チンゲン菜・出し汁・味 噌・片栗粉・トマト・大根・人 参・ワカメ・醤油	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・チン トマト・大根ペースト 人参ペースト さつま芋ペースト・フル	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・チ ンゲン菜・トマト・大根・人参	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 かぼちゃペースト 小松菜ペースト	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・白菜・人参・さつ ま芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 かぼちゃペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・ さつま芋・オレンジ
28	火	かゆ 助宗タラと春野菜のだし かぼちゃとスナップエン スープ	おかゆ・スケソウタラ・キャベ ツ・玉ねぎ・人参・グリーンア スパラ・出し汁・かぼちゃ・ス ナップエンドウ・小松菜・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 豆腐ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・ 人参・出し汁・砂糖・醤油・豆 腐・きゅうり・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと春野菜のだし かぼちゃのサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・キャベ ツ・玉ねぎ・人参・グリーンア スパラ・出し汁・かぼちゃ・小 松菜・醤油	かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 かぼちゃペースト 豆腐ペースト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・ 人参・出し汁・砂糖・醤油・豆 腐・きゅうり・花ふ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 かぼちゃペースト 小松菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人 参・かぼちゃ・小松菜	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐
		かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ ほうれん草サラダ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ね ぎ・人参・出し汁・砂糖・醬 油・ほうれん草	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ	おかゆ・スケソウタラ・チンゲ ン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ もやし・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のワカメ煮 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・醬 油・ほうれん草	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 ほうれん草ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人 参・ほうれん草	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト バナナペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人 参・バナナ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人 参・バナナ
30	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・さつま 芋・きゅうり・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ね ぎ・人参・出し汁・砂糖・醬 油・白菜・味噌・大根・ソーメ ン	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・さつま 芋・きゅうり・焼ふ・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ね ぎ・人参・出し汁・砂糖・醬 油・白菜・味噌・大根・ソーメ ン	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ さつま芋	かゆペースト 小松菜・玉ねぎ・人参ペ ースト 白菜ペースト 大根ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人 参・白菜・大根
		かゆ 白糸タラとキャベツのだ もやしと人参のやわらか スープ・フルーツ (バナ	おかゆ・シロイトタラ・キャベ ツ・出し汁・もやし・人参・チ ンゲン菜・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね ぎ・なす・味噌	かゆ 白糸タラとキャベツのだ もやしと人参のやわらか スープ・フルーツ (バナ	おかゆ・シロイトタラ・キャベ ツ・出し汁・人参・チンゲン 菜・醤油・バナナ	かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト・バ	おかゆ・キャベツ・人参・チン ゲン菜・バナナ	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・玉 ねぎ		