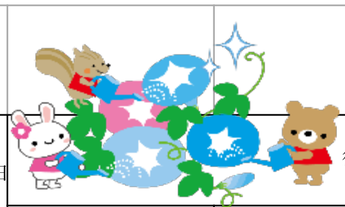
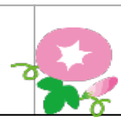
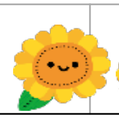
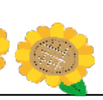
7月

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	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参の豆腐サ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・豆腐・さつま芋・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラのトマト煮 大根と人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ（オ	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・味噌・ほうれん草・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参の豆腐サ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・豆腐・さつま芋・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラのトマト煮 大根と人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ（オ	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・味噌・ほうれん草・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペー 人参・豆腐ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・豆腐・さつま芋	かゆペースト トマトペースト 大根・人参ペースト ほうれん草ペースト・フ	おかゆ・トマト・大根・人参・ほうれん草・オレンジ
2	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし もやしと人参のやわらか みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・もやし・人参・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋サラダ 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・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・人参・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋サラダ 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・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参・小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜	かゆペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・キャベツ・人参・じゃが芋・玉ねぎ
3	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根サラダ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ヨーグルト	かゆ 豆腐とさつま芋のとろと 白菜とチンゲン菜のくた みそ汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・チンゲン菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根サラダ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ヨーグルト	かゆ 豆腐とさつま芋のとろと 白菜とチンゲン菜のくた みそ汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・チンゲン菜・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・かぼちゃペース 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・大根・人参	かゆペースト 豆腐・さつま芋・人参ペ 白菜・チンゲン菜ペース	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・白菜・チンゲン菜
4	金	かゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・キャベツ・人参・じゃが芋・ワカメ・出し汁・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ 小松菜と人参のだし煮 すまし汁・フルーツ（バ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・小松菜・人参・もやし・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・キャベツ・人参・じゃが芋・ワカメ・出し汁・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ 小松菜と人参のだし煮 フルーツ（バナナ）	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・小松菜・人参・バナナ	かゆペースト トマトペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・トマト・キャベツ・人参・じゃが芋	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・バナナ
5	土	かゆ 鶏肉とさつま芋のほくほ 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ（オレ	おかゆ・鶏肉・さつま芋・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・しらす干し・豆腐・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆ 鶏肉とさつま芋のほくほ 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ（オレ	おかゆ・鶏肉・さつま芋・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・しらす干し・豆腐・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆペースト さつま芋・ほうれん草ペ 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ	おかゆ・さつま芋・ほうれん草・玉ねぎ・人参・豆腐・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペー 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・人参
6	日	かゆ 鶏肉とかぼちゃのみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 助宗タラと人参のやわら 玉ねぎの煮物 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・キャベツ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とかぼちゃのみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 助宗タラと人参のやわら 玉ねぎの煮物 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・キャベツ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト かぼちゃ・白菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・かぼちゃ・白菜・人参・玉ねぎ	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・キャベツ
7	月	鶏肉と野菜のくたくたそ じゃが芋のとろとろ煮 フルーツ（オレンジ）	ソーメン・鶏肉・大根・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・片栗粉・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のとろ 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・なす・花ふ・味噌	鶏肉と野菜のくたくたそ じゃが芋のとろとろ煮 フルーツ（オレンジ）	ソーメン・鶏肉・大根・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・片栗粉・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のとろ 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・なす・花ふ・味噌	そうめんペースト 大根・小松菜・人参ペー じゃが芋ペースト フルーツ（オレンジ）	ソーメン・大根・小松菜・人参・じゃが芋・オレンジ	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペー 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参
8	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・白菜・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・白菜・ワカメ・味噌	かゆペースト 人参ペースト さつま芋ペースト キャベツペースト	おかゆ・人参・さつま芋・キャベツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・白菜
9	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 人参サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・人参・チンゲン菜・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 小松菜と豆腐のみそ煮 すまし汁・フルーツ（バ	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・豆腐・味噌・なす・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 人参サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・人参・チンゲン菜・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 小松菜と豆腐のみそ煮 すまし汁・フルーツ（バ	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・豆腐・味噌・なす・醤油・バナナ	かゆペースト 玉ねぎのトマト煮ペース 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・カットトマトパック・人参・チンゲン菜	かゆペースト かぼちゃペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペ	おかゆ・かぼちゃ・小松菜・人参・豆腐・バナナ
10	木	かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（オレ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（オレ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・ほうれん草・白菜・人参・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト キャベツ・人参ペースト 大根ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・大根・さつま芋
11	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・きゅうり・なす・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのとろみ煮 チンゲン菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・しらす干し・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・きゅうり・なす・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのとろみ煮 チンゲン菜のしらす煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・しらす干し	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペー チンゲン菜ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・チンゲン菜
12	土	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 大根のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・大根・じゃが芋・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 大根のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・大根・じゃが芋・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 大根ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・人参・大根・じゃが芋	かゆペースト 小松菜・人参ペースト 白菜ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・人参・白菜・玉ねぎ
13	日	かゆ 豆腐とチンゲン菜のとろ 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのだし煮 トマトサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・トマト・ほうれん草・花ふ・味噌	かゆ 豆腐とチンゲン菜のとろ 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのだし煮 トマトサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・トマト・ほうれん草・花ふ・味噌	かゆペースト 豆腐・チンゲン菜・人参 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・さつま芋	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・人参・トマト・ほうれん草
14	月	鶏肉と野菜のくたくたう じゃが芋サラダ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 白菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・白菜・人参・かぼちゃ・出し汁・醤油	鶏肉と野菜のくたくたう じゃが芋サラダ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 白菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・白菜・人参・かぼちゃ・出し汁・醤油	うどんペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 じゃが芋ペースト 小松菜ペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・小松菜	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・かぼちゃ
15	火	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・出し汁・味噌・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・醤油	かゆ 白糸タラのトマト煮 大根と人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ（オ	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・味噌・ほうれん草・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・出し汁・味噌・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・醤油	かゆ 白糸タラのトマト煮 大根と人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ（オ	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・味噌・ほうれん草・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆペースト 豆腐・さつま芋・人参ペ チンゲン菜ペースト	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・チンゲン菜	かゆペースト トマトペースト 大根・人参ペースト ほうれん草ペースト・フ	おかゆ・トマト・大根・人参・ほうれん草・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	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
16	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 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・玉ねぎ・出し汁・もやし・人参・小松菜・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋サラダ 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・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 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・玉ねぎ・出し汁・人参・小松菜・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋サラダ 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・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参・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 キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・キャベツ・人参・じゃが芋・玉ねぎ
17	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根サラダ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ヨーグルト	かゆ 豆腐とさつま芋のとろと 白菜とチンゲン菜のくた みそ汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・チンゲン菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根サラダ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ヨーグルト	かゆ 豆腐とさつま芋のとろと 白菜とチンゲン菜のくた みそ汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・チンゲン菜・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・かぼちゃペース 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・大根・人参	かゆペースト 豆腐・さつま芋・人参ペ 白菜・チンゲン菜ペース	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・白菜・チンゲン菜
18	金	かゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・キャベツ・人参・じゃが芋・ワカメ・出し汁・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ 小松菜と人参のだし煮 すまし汁・フルーツ（バ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・小松菜・人参・もやし・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・キャベツ・人参・じゃが芋・ワカメ・出し汁・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ 小松菜と人参のだし煮 フルーツ（バナナ）	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・小松菜・人参・バナナ	かゆペースト トマトペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・トマト・キャベツ・人参・じゃが芋	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・バナナ
19	土	かゆ 鶏肉とさつま芋のほくほ 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ（オレ	おかゆ・鶏肉・さつま芋・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・しらす干し・豆腐・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆ 鶏肉とさつま芋のほくほ 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ（オレ	おかゆ・鶏肉・さつま芋・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・しらす干し・豆腐・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	かゆペースト さつま芋・ほうれん草ペ 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ	おかゆ・さつま芋・ほうれん草・玉ねぎ・人参・豆腐・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペー 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・人参
20	日	かゆ 鶏肉とかぼちゃのみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 助宗タラと人参のやわら 玉ねぎの煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉とかぼちゃのみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 助宗タラと人参のやわら 玉ねぎの煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆペースト かぼちゃ・白菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・かぼちゃ・白菜・人参・玉ねぎ	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・キャベツ
21	月	鶏肉と小松菜のおろしそ じゃが芋と人参のほっこ フルーツ（オレンジ）	ソーメン・鶏肉・大根・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のとろ 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・なす・花ふ・味噌	鶏肉と小松菜のおろしそ じゃが芋と人参のほっこ フルーツ（オレンジ）	ソーメン・鶏肉・大根・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のとろ 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・なす・花ふ・味噌	そうめんペースト 大根・小松菜ペースト じゃが芋・人参ペースト フルーツ（オレンジ）	ソーメン・大根・小松菜・じゃが芋・人参・オレンジ	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペー 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参
22	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・白菜・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・白菜・ワカメ・味噌	かゆペースト 人参ペースト さつま芋ペースト キャベツペースト	おかゆ・人参・さつま芋・キャベツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・白菜
23	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 人参サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・人参・チンゲン菜・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 小松菜と豆腐のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・豆腐・味噌・なす・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 人参サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・人参・チンゲン菜・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 小松菜と豆腐のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・豆腐・味噌・なす・醤油	かゆペースト 玉ねぎのトマト煮ペース 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・カットトマトパック・人参・チンゲン菜	かゆペースト かぼちゃペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・かぼちゃ・小松菜・人参・豆腐
24	木	かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（オレ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（オレ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・ほうれん草・白菜・人参・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト キャベツ・人参ペースト 大根ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・大根・さつま芋
25	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・きゅうり・なす・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのとろみ煮 チンゲン菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・しらす干し・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・きゅうり・なす・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのとろみ煮 チンゲン菜のしらす煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・しらす干し	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペー チンゲン菜ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・チンゲン菜
26	土	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 大根のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・大根・じゃが芋・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 大根のだし煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・大根・じゃが芋・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 大根ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・人参・大根・じゃが芋	かゆペースト 小松菜・人参ペースト 白菜ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・人参・白菜・玉ねぎ
27	日	かゆ 豆腐とチンゲン菜のとろ 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのだし煮 トマトサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・トマト・ほうれん草・花ふ・味噌	かゆ 豆腐とチンゲン菜のとろ 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとなすのだし煮 トマトサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・トマト・ほうれん草・花ふ・味噌	かゆペースト 豆腐・チンゲン菜・人参 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・さつま芋	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・人参・トマト・ほうれん草
28	月	鶏肉と野菜のくたくたう じゃが芋サラダ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 白菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・白菜・人参・かぼちゃ・出し汁・醤油	鶏肉と野菜のくたくたう じゃが芋サラダ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 白菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・白菜・人参・かぼちゃ・出し汁・醤油	うどんペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 じゃが芋ペースト 小松菜ペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・小松菜	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・かぼちゃ
29	火	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参の豆腐サ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・豆腐・さつま芋・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラのトマト煮 大根と人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ（オ	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・味噌・ほうれん草・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参の豆腐サ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・豆腐・さつま芋・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラのトマト煮 大根と人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ（オ	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・味噌・ほうれん草・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペー 人参・豆腐ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・豆腐・さつま芋	かゆペースト トマトペースト 大根・人参ペースト ほうれん草ペースト・フ	おかゆ・トマト・大根・人参・ほうれん草・オレンジ
30	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 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・玉ねぎ・出し汁・もやし・人参・小松菜・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋サラダ 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・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 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・玉ねぎ・出し汁・人参・小松菜・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋サラダ 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・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参・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 キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・キャベツ・人参・じゃが芋・玉ねぎ
31	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根サラダ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ヨーグルト	かゆ 豆腐とさつま芋のとろと 白菜とチンゲン菜のくた みそ汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・チンゲン菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根サラダ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ヨーグルト	かゆ 豆腐とさつま芋のとろと 白菜とチンゲン菜のくた みそ汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・チンゲン菜・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・かぼちゃペース 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・大根・人参	かゆペースト 豆腐・さつま芋・人参ペ 白菜・チンゲン菜ペース	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・白菜・チンゲン菜