



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 白糸タラとキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(不知火)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・さつま芋・味噌・不知火(しらぬい)	かゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 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たくた煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(不知火)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・さつま芋・味噌・不知火(しらぬい)	かゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 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 さつま芋ペースト・フルーツ(不知火)	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋・不知火(しらぬい)
2	水	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・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煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・ほうれん草・出し汁・もやし・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・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・ほうれん草・出し汁・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆペースト 白菜ペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・白菜・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 大根・ほうれん草ペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・大根・ほうれん草・人参・バナナ
3	木	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 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・玉ねぎ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と春野菜の豆乳煮 人参ときゅうりのサラダ 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・人参・きゅうり・なす・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 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・玉ねぎ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト かぼちゃペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・かぼちゃ・豆腐	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・かぼちゃ・人参	かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト	おかゆ・キャベツ・人参
4	金	かゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・さつま芋・グリーンアスパラ・カットトマトパック・水・精製塩・もやし・焼ふ・出し汁・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のわかめうどん 大根とチンゲン菜のだし煮 フルーツ(不知火)	うどん・鶏肉・白菜・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・大根・チンゲン菜・人参・不知火(しらぬい)	かゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・さつま芋・グリーンアスパラ・カットトマトパック・水・精製塩・焼ふ・出し汁・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎのトマトペースト 人参・さつま芋ペースト バナナペースト	うどん・鶏肉・白菜・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・大根・チンゲン菜・人参・不知火(しらぬい)	かゆペースト 人参・さつま芋ペースト バナナペースト	うどんペースト 白菜・玉ねぎペースト 大根・チンゲン菜・人参ペースト フルーツ(不知火)	うどん・白菜・玉ねぎ・大根・チンゲン菜・人参・不知火(しらぬい)	
5	土	かゆ 助宗タラと人参のやわらか煮 キャベツときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・きゅうり・かぼちゃ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 小松菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと人参のやわらか煮 キャベツときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・きゅうり・かぼちゃ・味噌・オレンジ	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト かぼちゃペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・キャベツ・かぼちゃ・オレンジ	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト	かゆペースト じゃが芋ペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト	かゆペースト じゃが芋・小松菜・人参・豆腐	
6	日	かゆ 鶏肉と野菜のほっこり煮 大根とほうれん草のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・ほうれん草・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のみそ煮 人参のやわらか煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・出し汁・味噌・人参・焼ふ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト さつま芋・人参ペースト 大根・ほうれん草ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・さつま芋・人参・大根・ほうれん草・玉ねぎ	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				
7	月	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 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か煮 人参サラダ 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・小松菜・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト チンゲン菜・人参ペースト じゃが芋・トマトペースト	おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜				
8	火	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 大根と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツののどろろ煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・人参・さつま芋・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 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 キャベツペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	かゆペースト 人参ペースト				
9	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くた煮 かぼちゃと人参のマッシュ みそ汁・フルーツ(バナナ)	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・バナナ	かゆペースト 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 バナナペースト	おかゆ・小松菜・かぼちゃ・人参・バナナ				
10	木	かゆ 助宗タラとさつま芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・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ダ 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 人参ペースト 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	かゆペースト 人参・大根				
11	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ドウのサラダ スープ・ヨーグルト	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・ヨーグルト	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 じゃが芋と豆腐のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・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 豆腐ペースト 白菜ペースト	かゆペースト 人参・じゃが芋・豆腐・白菜				
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	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・大根・かぼちゃ・ソーメン・醤油	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・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・焼ふ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 大根ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・人参・大根・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	かゆペースト 人参・さつま芋				
13	日	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコ煮 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・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 ほうれん草ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・白菜・人参・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト トマトペースト キャベツペースト	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜・トマト・キャベツ				
14	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 大根のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・大根・味噌・チンゲン菜・醤油	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト	かゆペースト 人参ペースト 大根ペースト チンゲン菜ペースト	かゆペースト 人参・大根・チンゲン菜					
15	火	かゆ 白糸タラとキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 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 さつま芋ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋・オレンジ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ					

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 鶏肉と白菜のみそ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・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煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・ほうれん草・出し汁・もやし・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・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・ほうれん草・出し汁・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆペースト 白菜ペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・白菜・チンゲン菜・人参・玉ねぎ
17	木	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 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・玉ねぎ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と春野菜の豆乳煮 人参ときゅうりのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・スナッパエンドウ・豆乳・水・精製塩・人参・きゅうり・なす・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 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・玉ねぎ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と春野菜の豆乳煮 人参ときゅうりのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・豆乳・水・精製塩・人参・きゅうり・なす・出し汁・醤油	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト かぼちゃペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・かぼちゃ・豆腐	かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト	おかゆ・キャベツ・人参
18	金	かゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 さつま芋とアスパラのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・カットマト・パック・水・精製塩・さつま芋・グリーンアスパラ・もやし・焼ふ・出し汁・味噌	鶏肉と野菜のわかめうどん 大根とチンゲン菜のだし煮	うどん・鶏肉・白菜・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・大根・チンゲン菜・人参	かゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 さつま芋とアスパラのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・カットマト・パック・水・精製塩・さつま芋・グリーンアスパラ・焼ふ・出し汁・味噌	鶏肉と野菜のわかめうどん 大根とチンゲン菜のだし煮	うどん・鶏肉・白菜・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・大根・チンゲン菜・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参のトマトペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・カットマト・パック・さつま芋	うどんペースト 白菜・玉ねぎペースト 大根・チンゲン菜・人参ペースト	うどん・白菜・玉ねぎ・大根・チンゲン菜・人参
19	土	かゆ 助宗タラと人参のやわらか煮 キャベツときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・きゅうり・かぼちゃ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 小松菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと人参のやわらか煮 キャベツときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・きゅうり・かぼちゃ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 小松菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・豆腐・味噌	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト かぼちゃペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・キャベツ・かぼちゃ・オレンジ	かゆペースト じゃが芋ペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・じゃが芋・小松菜・人参・豆腐
20	日	かゆ 鶏肉と野菜のほっこり煮 大根とほうれん草のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・ほうれん草・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のみそ煮 人参のやわらか煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・出し汁・味噌・人参・焼ふ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほっこり煮 大根とほうれん草のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・ほうれん草・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のみそ煮 人参のやわらか煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・出し汁・味噌・人参・焼ふ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト さつま芋・人参ペースト 大根・ほうれん草ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・さつま芋・人参・大根・ほうれん草・玉ねぎ	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
21	月	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の豆乳煮 豆腐と人参のコトコ煮 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・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉とアスパラのやわらか煮 人参サラダ 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・小松菜・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の豆乳煮 豆腐と人参のコトコ煮 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・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉とアスパラのやわらか煮 人参サラダ 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・小松菜・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 じゃが芋ペースト	おかゆ・チンゲン菜・豆腐・人参・じゃが芋	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜
22	火	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 大根と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのとりみ煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・人参・さつま芋・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 大根と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのとりみ煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・人参・さつま芋・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 キャベツペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・さつま芋
23	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くた煮 かぼちゃと人参のマッシュ みそ汁・フルーツ(バナナ)	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・バナナ	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くた煮 かぼちゃと人参のマッシュ フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・人参・豆腐	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 バナナペースト	おかゆ・小松菜・かぼちゃ・人参・バナナ
24	木	かゆ 助宗タラとさつま芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・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ダ 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 助宗タラとさつま芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・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ダ 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 人参ペースト 玉ねぎペースト・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
25	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりとスナッパエンドウのサラダ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・スナッパエンドウ・小松菜・ヨーグルト	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 じゃが芋と豆腐のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・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・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・小松菜・ヨーグルト	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 じゃが芋と豆腐のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・じゃが芋・豆腐・白菜・ワカメ・味噌	かゆペースト 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
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・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・大根・かぼちゃ・ソーメン・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 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・焼ふ・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・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・大根・かぼちゃ・ソーメン・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 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・焼ふ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 大根ペースト かぼちゃペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・大根・かぼちゃ・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
27	日	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコ煮 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・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煮 白菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・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 ほうれん草ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・白菜・人参・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト トマトペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・トマト・キャベツ
28	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 大根のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・大根・味噌・チンゲン菜・醤油	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・きゅうり・小松菜・ヨーグルト	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 大根のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・大根・味噌・チンゲン菜・醤油	かゆペースト 人参ペースト 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 大根ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・大根・チンゲン菜
29	火	かゆ 白糸タラとキャベツのくたくた煮 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・さつま芋・味噌	かゆ 豆腐と野菜のとりみ煮 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たくた煮 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・さつま芋・味噌	かゆ 豆腐と野菜のとりみ煮 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 さつま芋ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋	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
30	水	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・ワカメ・醤油	かゆ 助宗タラのおろし煮 れんこんと人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根・ほうれん草・出し汁・れんこん・人参・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・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	おかゆ・スケソウタラ・大根・ほうれん草・出し汁・人参・花ふ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・白菜・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 大根・ほうれん草ペースト 人参ペースト	おかゆ・大根・ほうれん草・人参