5月

離乳食	曜日	後期（9～11ヶ月） 昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	中期（7～8ヶ月） 昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	初期（5～6ヶ月） 昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
1	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツ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・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツ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・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・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・玉ねぎ・キャベツ・人参・さつま芋・オレンジ
2	火	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・白菜・醤油	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・白菜・醤油	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・白菜	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参
3	水	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 高野豆腐の煮物 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・高野豆腐・かぶ・人参・れんこん・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のとろとろ煮 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・片栗粉・玉ねぎ・人参・冬瓜・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 高野豆腐の煮物 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・高野豆腐・かぶ・人参・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のとろとろ煮 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・片栗粉・玉ねぎ・人参・冬瓜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・かぶ・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 冬瓜ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・冬瓜
4	木	かゆ 鶏肉とブロッコリーのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・味噌・じゃが芋・人参・大根・玉ねぎ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 白菜のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・片栗粉・なす・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とブロッコリーのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・味噌・じゃが芋・人参・大根・玉ねぎ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 白菜のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・片栗粉・なす・焼ふ・味噌	かゆペースト ブロッコリーペースト じゃが芋・人参ペースト 大根・玉ねぎペースト	おかゆ・ブロッコリー・じゃが芋・人参・大根・玉ねぎ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・白菜
5	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 豆腐と野菜のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・玉ねぎ・人参・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 豆腐と野菜のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・玉ねぎ・人参・かぶ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・チンゲン菜・人参	かゆペースト ほうれん草ペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・ほうれん草・豆腐・玉ねぎ・人参・かぶ
6	土	かゆ 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・じゃが芋・味噌	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・白菜・人参	かゆペースト ブロッコリーペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎ・じゃが芋ペースト	おかゆ・ブロッコリー・大根・人参・玉ねぎ・じゃが芋
7	日	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 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・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 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・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・味噌	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜	かゆペースト 玉ねぎペースト 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
8	月	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 ほうれん草と人参のだし煮 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・人参・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・小松菜・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 ほうれん草と人参のだし煮 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・人参・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・小松菜・ワカメ・味噌	かゆペースト ブロッコリーペースト ほうれん草・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ブロッコリー・ほうれん草・人参・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎペースト かぶ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぶ・人参・小松菜
9	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラの野菜煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・チンゲン菜・なす・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラの野菜煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・チンゲン菜・なす・味噌	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白菜	かゆペースト 大根・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・大根・人参・チンゲン菜
10	水	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（バナナ）	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 もやしと人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・醤油・砂糖・もやし・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（バナナ）	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・醤油・砂糖・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト・バナナペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ・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
11	木	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつま芋のマッシュ フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁	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・白菜・味噌	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつま芋のマッシュ フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁	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・白菜・味噌	うどんペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト フルーツ（オレンジ）	うどん・玉ねぎ・人参・さつま芋・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト チンゲン菜・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・チンゲン菜・人参・白菜
12	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煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ（バナナ）	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 鶏肉と春野菜のほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ（バナナ）	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・じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペースト	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐・バナナ
13	土	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろとろ煮 チンゲン菜と人参のだし煮 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・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろとろ煮 チンゲン菜と人参のだし煮 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・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・トマト・玉ねぎ
14	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・白菜	かゆ 豆腐と小松菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・白菜	かゆ 豆腐と小松菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・白菜	かゆペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・かぼちゃ
15	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツ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・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツ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・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・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・玉ねぎ・キャベツ・人参・さつま芋・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	火	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参
17	水	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・人参・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のとろとろ煮 玉ねぎと人参のだし煮 フルーツ（バナナ）	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・人参・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のとろとろ煮 玉ねぎと人参のだし煮 フルーツ（バナナ）	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつま芋・人参	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
18	木	かゆ 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・じゃが芋・きゅうり・大根・玉ねぎ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 白菜のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・片栗粉・なす・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・じゃが芋・きゅうり・大根・玉ねぎ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 白菜のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・片栗粉・なす・焼ふ・味噌	かゆペースト トマトペースト じゃが芋ペースト 大根・玉ねぎペースト	おかゆ・トマト・じゃが芋・大根・玉ねぎ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・白菜
19	金	かゆ 鶏肉とスナップエンドウのやわらか煮 チンゲン菜とアスパラのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・スナップエンドウ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・グリーンアスパラ・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 豆腐と野菜のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・玉ねぎ・人参・もやし・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 チンゲン菜とアスパラのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・グリーンアスパラ・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 豆腐と野菜のコトコト煮	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・玉ねぎ・人参	かゆペースト キャベツペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・キャベツ・チンゲン菜・人参	かゆペースト ほうれん草ペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・豆腐・玉ねぎ・人参
20	土	かゆ 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 トマトサラダ みそ汁・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・シロイトタラ・大根・人参・出し汁・トマト・玉ねぎ・じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 トマトサラダ みそ汁・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・シロイトタラ・大根・人参・出し汁・トマト・玉ねぎ・じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・カットトマトパック・白菜・人参	かゆペースト 大根・人参ペースト トマトペースト 玉ねぎ・じゃが芋・オレンジ	おかゆ・大根・人参・トマト・玉ねぎ・じゃが芋・オレンジ
21	日	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 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・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 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・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・味噌	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト チンゲン菜・豆腐ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・豆腐	かゆペースト 玉ねぎペースト 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
22	月	かゆ 鶏肉のトマト煮 ほうれん草と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋と人参のとろとろ煮 みそ汁・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・人参・片栗粉・小松菜・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 ほうれん草と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋と人参のとろとろ煮 みそ汁・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・人参・片栗粉・小松菜・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト トマトペースト ほうれん草・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・トマト・ほうれん草・人参・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎペースト さつま芋・人参ペースト 小松菜ペースト・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・玉ねぎ・さつま芋・人参・小松菜・オレンジ
23	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラの野菜煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・チンゲン菜・なす・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラの野菜煮 チンゲン菜のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・チンゲン菜・なす・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白菜	かゆペースト 大根・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・大根・人参・チンゲン菜
24	水	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（バナナ）	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 もやしと人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・醤油・砂糖・もやし・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（バナナ）	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・醤油・砂糖・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト・バナナペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ・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
25	木	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつま芋のマッシュ フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁	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・白菜・味噌	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつま芋のマッシュ フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁	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・白菜・味噌	うどんペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト フルーツ（オレンジ）	うどん・玉ねぎ・人参・さつま芋・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト チンゲン菜・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・チンゲン菜・人参・白菜
26	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煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ（バナナ）	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 鶏肉と春野菜のほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 スープ・フルーツ（バナナ）	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・じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペースト	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐・バナナ
27	土	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろとろ煮 チンゲン菜と人参のだし煮 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・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろとろ煮 チンゲン菜と人参のだし煮 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・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参	かゆペースト 人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・トマト・玉ねぎ
28	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・白菜	かゆ 豆腐と小松菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・白菜	かゆ 豆腐と小松菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・白菜	かゆペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・かぼちゃ
29	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツ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・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ソーメン・ワカメ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 キャベツ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・グリーンアスパラ・出し汁・キャベツ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・大根・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・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・玉ねぎ・キャベツ・人参・さつま芋・オレンジ
30	火	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・花ふ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参
31	水	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・人参・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のとろとろ煮 玉ねぎと人参のだし煮 フルーツ（バナナ）	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・人参・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のとろとろ煮 玉ねぎと人参のだし煮 フルーツ（バナナ）	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつま芋・人参	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