



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	水	かゆ 助宗タラとほうれん草のだし煮 もやしと人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・もやし・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草のだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	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
2	木	かゆ 鶏肉と大根のトマト煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・カットトマトパック・水・精製塩・大根・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・チンゲン菜・人参・かぶ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と大根のトマト煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・カットトマトパック・水・精製塩・大根・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・チンゲン菜・人参・かぶ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・カットトマトパック・大根・人参	かゆペースト キャベツペースト チンゲン菜・人参ペースト かぶペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・キャベツ・チンゲン菜・人参・かぶ・オレンジ
3	金	かゆ 鶏肉とさつまいものほくほく煮 白菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつまいも・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・しらす干し・ほうれん草・味噌	かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 かぼちゃとれんこんのだし煮 スープ	おかゆ・鶏肉・豆腐・出し汁・味噌・片栗粉・かぼちゃ・れんこん・コーン・醤油	かゆ 鶏肉とさつまいものほくほく煮 白菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつまいも・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・しらす干し・ほうれん草・味噌	かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 かぼちゃのだし煮 スープ	おかゆ・鶏肉・豆腐・出し汁・味噌・片栗粉・かぼちゃ・コーン・醤油	かゆペースト さつまいもペースト 白菜・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・さつまいも・白菜・人参・ほうれん草	かゆペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・かぼちゃ
4	土	かゆ 白糸タラとじゃが芋のだし煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトラ・じゃが芋・出し汁・かぶ・人参・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のたくたく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・玉ねぎ・味噌	かゆ 白糸タラとじゃが芋のだし煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトラ・じゃが芋・出し汁・かぶ・人参・なす・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のたくたく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・玉ねぎ・味噌	かゆペースト じゃが芋ペースト かぶ・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・じゃが芋・かぶ・人参・りんご	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト 大根・玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・大根・玉ねぎ
5	日	かゆ 高野豆腐と玉ねぎの豆乳煮 キャベツと人参のたくたく煮 スープ	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・出し汁・さつまいも・ワカメ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトと白菜のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・白菜・しらす干し・花ふ・味噌	かゆ 高野豆腐と玉ねぎの豆乳煮 キャベツと人参のたくたく煮 スープ	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・出し汁・さつまいも・ワカメ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトと白菜のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・白菜・しらす干し・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト さつまいもペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・さつまいも	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト トマト・白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・トマト・白菜
6	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・かぶ・なす	かゆ 助宗タラと小松菜のみそ煮 豆腐と野菜のコトコ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・味噌・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・かぶ・なす	かゆ 助宗タラと小松菜のみそ煮 豆腐と野菜のコトコ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・味噌・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・醤油	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・かぶ	かゆペースト 小松菜ペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・小松菜・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ
7	火	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のたくたく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・キャベツ・人参・焼ふ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいもと人参のマッシュ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・大根・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・人参	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のたくたく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・キャベツ・人参・焼ふ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいもと人参のマッシュ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・大根・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・チンゲン菜・キャベツ・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト さつまいもペースト	おかゆ・玉ねぎ・大根・ほうれん草・さつまいも・人参
8	水	かゆ コトコ鶏うどん かぼちゃのとりみ煮 フルーツ(バナナ)	うどん・鶏肉・かぶ・人参・豆腐・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・片栗粉・バナナ	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜サラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・白菜・じゃが芋・出し汁・味噌・オレンジ	かゆ コトコ鶏うどん かぼちゃのとりみ煮 フルーツ(バナナ)	うどん・鶏肉・かぶ・人参・豆腐・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・片栗粉・バナナ	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜サラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・白菜・じゃが芋・出し汁・味噌・オレンジ	うどんペースト かぶ・人参・豆腐ペースト かぼちゃペースト バナナペースト	うどん・かぶ・人参・豆腐・かぼちゃ・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 白菜ペースト じゃが芋ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・トマト・白菜・じゃが芋・オレンジ
9	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・大根・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜と根菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・れんこん・なす・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・大根・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・なす・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト 大根ペースト・りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・りんご	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
10	金	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・きゅうり・ほうれん草・ソーメン・醤油	かゆ しらすかゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 みそ汁 ヨーグルト	おかゆ・しらす干し・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・味噌・ヨーグルト	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・きゅうり・ほうれん草・ソーメン・醤油	かゆ しらすかゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 みそ汁 ヨーグルト	おかゆ・しらす干し・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・味噌・ヨーグルト	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・かぶ
11	土	かゆ 助宗タラのトマト煮 じゃが芋と人参のとりみ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・じゃが芋・人参・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のやわらか煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラのトマト煮 じゃが芋と人参のとりみ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・じゃが芋・人参・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のやわらか煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆペースト トマトペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・トマト・じゃが芋・人参・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 白菜ペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・白菜
12	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎと小松菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・小松菜・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎと小松菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・小松菜・豆腐・ワカメ・味噌	かゆペースト 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎと小松菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松菜・豆腐
13	月	かゆ 助宗タラと野菜のたくたく煮 玉ねぎとれんこんのだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・れんこん・人参・白菜・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいもサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・人参	かゆ 助宗タラと野菜のたくたく煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・白菜・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいもサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・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 白菜ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜・オレンジ	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペースト さつまいもペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・さつまいも・人参
14	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぶのワカメサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・豆腐・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のみそ煮 キャベツのとりみ煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・味噌・キャベツ・大根・醤油・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぶのワカメサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・豆腐・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のみそ煮 キャベツのとりみ煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・味噌・キャベツ・大根・醤油・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト 大根ペースト・りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・キャベツ・大根・りんご
15	水	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・もやし・ほうれん草・人参・出し汁・きゅうり・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・人参・出し汁・きゅうり・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・玉ねぎ	かゆペースト じゃが芋ペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・人参

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	木	かゆ 鶏肉と大根のトマト煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・カットマトパック・水・精製塩・大根・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・チンゲン菜・人参・かぶ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と大根のトマト煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・カットマトパック・水・精製塩・大根・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・チンゲン菜・人参・かぶ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・カットマトパック・大根・人参
17	金	かゆ 鶏肉とさつまいものほくほく煮 白菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつまいも・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・しらす干し・ほうれん草・味噌	かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 かぼちゃとれんこんのだし煮 スープ	おかゆ・鶏肉・豆腐・出し汁・味噌・片栗粉・かぼちゃ・れんこん・コーン・醤油	かゆ 鶏肉とさつまいものほくほく煮 白菜のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつまいも・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・しらす干し・ほうれん草・味噌	かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 かぼちゃのだし煮 スープ	おかゆ・鶏肉・豆腐・出し汁・味噌・片栗粉・かぼちゃ・コーン・醤油	かゆペースト さつまいもペースト 白菜・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・さつまいも・白菜・人参・ほうれん草	かゆペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・かぼちゃ
18	土	かゆ 白糸タラとじゃが芋のだし煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・じゃが芋・出し汁・かぶ・人参・なす・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・玉ねぎ・味噌	かゆ 白糸タラとじゃが芋のだし煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・じゃが芋・出し汁・かぶ・人参・なす・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・玉ねぎ・味噌	かゆペースト じゃが芋ペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・かぶ・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 大根・玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・大根・玉ねぎ
19	日	かゆ 高野豆腐と玉ねぎの豆乳煮 キャベツと人参のくたくた煮 スープ	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・出し汁・さつまいも・ワカメ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトと白菜のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・白菜・しらす干し・花ふ・味噌	かゆ 高野豆腐と玉ねぎの豆乳煮 キャベツと人参のくたくた煮 スープ	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・出し汁・さつまいも・ワカメ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトと白菜のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・白菜・しらす干し・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト さつまいもペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・さつまいも	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト トマト・白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・トマト・白菜
20	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりのサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・かぶ・なす・オレンジ	かゆ 助宗タラと小松菜のみそ煮 豆腐と野菜のコトコ煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・味噌・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・醤油・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりのサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・かぶ・なす・オレンジ	かゆ 助宗タラと小松菜のみそ煮 豆腐と野菜のコトコ煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・味噌・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・醤油・りんご	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・かぶ・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト・りんごペースト	おかゆ・小松菜・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・りんご
21	火	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・キャベツ・人参・焼ふ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいもと人参のマッシュ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・大根・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・人参	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・キャベツ・人参・焼ふ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいもと人参のマッシュ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・大根・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・チンゲン菜・キャベツ・人参	かゆペースト 玉ねぎ・大根・ほうれん草ペースト さつまいも・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・大根・ほうれん草・さつまいも・人参
22	水	かゆ コトコ鶏うどん かぼちゃのとりも煮 フルーツ(バナナ)	うどん・鶏肉・かぶ・人参・豆腐・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・片栗粉・バナナ	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜サラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・白菜・じゃが芋・出し汁・味噌・オレンジ	かゆ コトコ鶏うどん かぼちゃのとりも煮 フルーツ(バナナ)	うどん・鶏肉・かぶ・人参・豆腐・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・片栗粉・バナナ	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜サラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・白菜・じゃが芋・出し汁・味噌・オレンジ	かゆペースト かぶ・人参・豆腐ペースト かぼちゃペースト バナナペースト	うどん・かぶ・人参・豆腐・かぼちゃ・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 白菜ペースト じゃが芋ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・トマト・白菜・じゃが芋・オレンジ
23	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・大根・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜と根菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・れんこん・なす・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・大根・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・なす・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト 大根ペースト・りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・りんご	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
24	金	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・きゅうり・ほうれん草・ソーメン・醤油	かゆ しらすかゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 みそ汁 ヨーグルト	おかゆ・しらす干し・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・味噌・ヨーグルト	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・きゅうり・ほうれん草・ソーメン・醤油	かゆ しらすかゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 みそ汁 ヨーグルト	おかゆ・しらす干し・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・味噌・ヨーグルト	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・かぶ
25	土	かゆ 助宗タラのトマト煮 じゃが芋と人参のとりも煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・じゃが芋・人参・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のやわらか煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆ 助宗タラのトマト煮 じゃが芋と人参のとりも煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・じゃが芋・人参・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のやわらか煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜	かゆペースト トマトペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・トマト・じゃが芋・人参・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・白菜
26	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎと小松菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・小松菜・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参ペースト みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎと小松菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・小松菜・豆腐・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参	かゆペースト 人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松菜・豆腐
27	月	かゆ 助宗タラと野菜のくたくた煮 玉ねぎとれんこんのだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・れんこん・人参・白菜・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいもサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・人参	かゆ 助宗タラと野菜のくたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・白菜・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいもサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・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 白菜ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜・オレンジ	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペースト さつまいもペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・さつまいも・人参
28	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぶのワカメサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・豆腐・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のみそ煮 キャベツのとりも煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・味噌・キャベツ・片栗粉・大根・醤油・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぶのワカメサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・豆腐・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のみそ煮 キャベツのとりも煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・味噌・キャベツ・片栗粉・大根・醤油・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト 大根ペースト・りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・キャベツ・大根・りんご
29	水	かゆ 助宗タラとほうれん草のだし煮 豆腐のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・味噌・里芋・人参・醤油	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草のだし煮 豆腐のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・味噌・人参・醤油	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・人参・なす・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 豆腐ペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・豆腐・人参	かゆペースト じゃが芋ペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・人参
30	木	かゆ 鶏肉と大根のトマト煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・カットマトパック・水・精製塩・大根・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・チンゲン菜・人参・かぶ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と大根のトマト煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・カットマトパック・水・精製塩・大根・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・チンゲン菜・人参・かぶ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・カットマトパック・大根・人参	かゆペースト キャベツペースト チンゲン菜・人参ペースト かぶペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・キャベツ・チンゲン菜・人参・かぶ・オレンジ