5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	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 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くたくた煮 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・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く煮 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くたくた煮 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・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・人参ペースト 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ラダ 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・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ラダ 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・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
3	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(オレンジ)	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くた煮 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し煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(オレンジ)	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くた煮 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・フルーツ(オレンジ)	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のみそ煮 白菜と人参のしらすサラダ 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ラダ みそ汁	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ラダ 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 豆腐と野菜のコトコト煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	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・人参ペースト 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煮 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煮 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・かぼちゃペースト	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わらか煮 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くた煮 さつま芋と人参のとろとろ煮 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わらか煮 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くた煮 さつま芋と人参のとろとろ煮 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・人参ペースト 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・玉ねぎペースト 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	鶏肉と野菜のやわらかワカメうどん 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くた煮 きゅうり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・砂糖・醤油・きゅうり・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	鶏肉と野菜のやわらかワカメうどん 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くた煮 きゅうり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・砂糖・醤油・きゅうり・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	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	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ト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 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ト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 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 玉ねぎ・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
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
11	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くたくた煮 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とろ煮 チンゲン菜と人参のくたくた煮 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 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煮 キャベツときゅうりのサラダ 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ラダ 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・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煮 白菜と人参のくたくた煮 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・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煮 白菜と人参のくたくた煮 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・白菜・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・チンゲン菜ペースト トマト・大根ペースト 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・フルーツ(オレンジ)	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煮 小松菜と人参のサラダ スープ	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ラダ 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煮 小松菜と人参のサラダ スープ	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ラダ 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	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	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く煮 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くたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・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・もやし・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 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くたくた煮 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・人参ペースト 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
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ラダ 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・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ラダ 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・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
17	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 もやしと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナナ)	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くた煮 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し煮 人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナナ)	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くた煮 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・バナナペースト	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のみそ煮 白菜と人参のしらすサラダ 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ラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	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 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 白菜と人参のしらすサラダ 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 豆腐と野菜のコトコト煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	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・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・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・豆腐・大根・人参・トマト・じゃが芋・オレンジ
19	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・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煮 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 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 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・かぼちゃペースト	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
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くた煮 さつま芋と人参のとろとろ煮 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 助宗タラと小松菜のくたくた煮 さつま芋と人参のとろとろ煮 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 トマトペースト ほうれん草・玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	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
21	火	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(オレンジ)	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(オレンジ)	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	かゆペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト 大根ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・じゃが芋・大根・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペースト 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
22	水	鶏肉と野菜のやわらかワカメうどん 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・醤油・かぼちゃ・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 きゅうり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・砂糖・醤油・きゅうり・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	鶏肉と野菜のやわらかワカメうどん 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・醤油・かぼちゃ・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 きゅうり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・砂糖・醤油・きゅうり・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	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 バナナペースト	うどん・キャベツ・人参・かぼちゃ・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
23	木	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ト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 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ト煮 チンゲン菜と人参のだし煮 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 玉ねぎ・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
25	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くたくた煮 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とろ煮 チンゲン菜と人参のくたくた煮 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 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
26	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツときゅうりのサラダ 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ラダ 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・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
27	月	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煮 白菜と人参のくたくた煮 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・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煮 白菜と人参のくたくた煮 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・白菜・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・チンゲン菜ペースト トマト・大根ペースト 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・フルーツ(オレンジ)	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煮 かぼちゃとスナップエンドウのサラダ 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ラダ 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煮 かぼちゃのサラダ 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・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ラダ 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	かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト 小松菜ペースト	おかゆ・キャベツ・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
29	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 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くたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・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・もやし・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 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くたくた煮 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・人参ペースト 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
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ラダ 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・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ラダ 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・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
31	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 もやしと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナナ)	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くた煮 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し煮 人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナナ)	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くた煮 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・バナナペースト	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