



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	木	かのよ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・かぼちゃ・チングン菜・ソーメン・醤油 白菜サラダ みそ汁・ヨーグルト	かのよ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのよ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・かぼちゃ・チングン菜・ソーメン・醤油 白菜サラダ みそ汁・ヨーグルト	かのよ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのよペースト キヤベツ・人参ペースト かぼちゃペースト チングン菜ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・かぼちゃ・チングン菜 人参ペースト 白菜ペースト 大根ペースト	かのよペースト 人參ペースト 白菜ペースト 大根ペースト	おかゆ・人参・白菜・大根
2	金	かのよ 白糸たらと野菜のだし煮 小松菜と人参のとろみ煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・もやし・味噌・バナナ	かのよ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 白糸たらと野菜のだし煮 小松菜と人参のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・豆腐・ワカメ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 白糸たらと野菜のだし煮 小松菜・人参・片栗粉・バナナ	かのよ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 ほうれん草と人参のぐくた煮 みそ汁	かのよ 鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・豆腐・ワカメ・味噌	かのよペースト 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	かのよペースト 玉ねぎ・トマトペースト ほうれん草・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・ほうれん草・人参・豆腐	
3	土	かのよ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌 人参のマッシュ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かのよ 鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チングン菜・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	かのよ 鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌 かぼちゃのマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チングン菜・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のぐくた煮 みそ汁	かのよペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根	かのよペースト チングン菜ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト・フルーツ(オレンジ)	かのよ・チングン菜・かぼちゃ・キャベツ・オレンジ	かのよ・チングン菜・かぼちゃ・キャベツ・オレンジ	
4	日	かのよ 豆腐と白菜のコトコト煮 トマトサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・玉ねぎ・ワカメ	かのよ 鶏肉となすのやわらか煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・さつま芋・味噌	かのよ 豆腐と白菜のコトコト煮 トマトサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・玉ねぎ・ワカメ	かのよ 鶏肉となすのやわらか煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・さつま芋・味噌	かのよペースト 豆腐・白菜・人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・白菜・人参・トマト・玉ねぎ	かのよペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト さつま芋ペースト	かのよ・玉ねぎ・小松菜・人参・さつま芋
5	月	かのよ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 大根と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・しらす干し・チングン菜・焼ふ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのぐくたうどん きゅうりと人参のサラダ	うどん・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参	かのよ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 大根と人参のしらす・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・片栗粉・大根・人参・しらす干し・チングン菜・焼ふ・味噌	うどん・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参	かのよペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 大根・人参ペースト チングン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・大根・人参・チングン菜	うどん・玉ねぎ・人参	うどん・玉ねぎ・人参	
6	火	かのよ 助宗タラとじやが芋のほくほく煮 ほうれん草と玉ねぎのぐくたの煮 スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・じやが芋・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油・オレンジ	かのよ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 豆腐と白菜のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・白菜	かのよ 助宗タラとじやが芋のほくほく煮 ほうれん草と玉ねぎのぐくたの煮 スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・じやが芋・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油・オレンジ	かのよ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 豆腐と白菜のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・白菜	かのよペースト じやが芋ペースト ほうれん草・玉ねぎペースト 人参ペースト・フルーツ(オレンジ)	かのよ・じやが芋・ほうれん草・玉ねぎ・人参・オレンジ	かのよペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐・白菜ペースト	かのよ・玉ねぎ・人参・豆腐・白菜
7	水	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・もやし・出し汁・砂糖・醤油・なす・かぼちゃ・味噌・バナナ	かのよ 白糸たらと玉ねぎのだし煮 チングン菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(梨)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・なす・かぼちゃ・味噌・バナナ	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・なす・かぼちゃ・味噌・バナナ	かのよ 白糸たらと玉ねぎのだし煮 チングン菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(梨)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・出し汁・チングン菜・人・大根・花ふ・味噌・梨	かのよペースト キャベツペースト かぼちゃペースト バナナペースト	かのよ・キャベツ・かぼちゃ・バナナ	かのよペースト 玉ねぎペースト チングン菜・人参ペースト 大根ペースト・梨ペースト	かのよ・玉ねぎ・チングン菜・人参・大根・梨
8	木	かのよ 豆腐と白菜のコトコト煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かのよ 鶏肉と野菜のぐくたの煮 さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かのよ 豆腐と白菜のコトコト煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かのよ 鶏肉と野菜のぐくたの煮 さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かのよペースト 豆腐ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	かのよ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ	かのよペースト 小松菜・玉ねぎペースト さつま芋ペースト 人参ペースト	かのよ・小松菜・玉ねぎ・さつま芋・人参
9	金	かのよ 鶏肉とじやが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・じやが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	かのよ 助宗タラのトマト煮 チングン菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チングン菜・人・参・なす・焼ふ・出し汁・味噌	かのよ 鶏肉とじやが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チングン菜・人・参・なす・焼ふ・出し汁・味噌	かのよ 助宗タラのトマト煮 チングン菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チングン菜・人・参・なす・焼ふ・出し汁・味噌	かのよペースト じやが芋・玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト チングン菜・人参ペースト フルーツ(オレンジ)	かのよ・じやが芋・玉ねぎ・人参・ほうれん草・オレンジ	かのよペースト トマトペースト チングン菜・人参ペースト	かのよ・トマト・チングン菜・人参
10	土	かのよ 白糸たらと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのよ 豆腐と白菜のみそ煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのよ 白糸たらと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのよ 豆腐と白菜のみそ煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのよペースト 人参ペースト さつま芋ペースト キャベツペースト	かのよ・人参・さつま芋・キャベツ	かのよペースト 豆腐・白菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト	かのよ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ・小松菜
11	日	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎのだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・じやが芋・ワカメ・味噌	かのよ 助宗タラとほうれん草のぐくたの煮 玉ねぎと人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・花ふ・味噌・オレンジ	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎのぐくたの煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・花ふ・味噌・オレンジ	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎと人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・花ふ・味噌・オレンジ	かのよペースト 助宗タラとほうれん草のぐくたの煮 玉ねぎと人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かのよ・じやが芋	かのよペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト フルーツ(オレンジ)	かのよ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・オレンジ
12	月	かのよ 助宗タラのトマト煮 玉ねぎと人参のぐくたの煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・豆腐・小松菜・味噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツと人参のサラダ	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・豆腐・小松菜・味噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎと人参のぐくたの煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・豆腐・小松菜・味噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツと人参のサラダ	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・豆腐・小松菜・味噌	かのよペースト トマトペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト 豆腐・小松菜ペースト	かのよ・トマト・玉ねぎ・人参・豆腐・小松菜	かのよペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト	かのよ・玉ねぎ・キャベツ・人参
13	火	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かのよ 白糸たらと人参のだし煮 大根のやわらか煮 みそ汁	かのよ・シロイトラ・玉ねぎ・人参・出し汁・大根・じやが芋・味噌	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ	かのよ・シロイトラ・玉ねぎ・人参・大根・じやが芋・味噌	かのよ 白糸たらと人参のだし煮 大根のやわらか煮 みそ汁	かのよ・シロイトラ・玉ねぎ・人参・大根・じやが芋・味噌	そうめんペースト 人参ペースト かぼちゃペースト	ソーメン・人参・かぼちゃ	かのよペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト じやが芋ペースト	かのよ・玉ねぎ・人参・大根・じやが芋
14	水	かのよ 助宗タラと玉ねぎのとろみ煮 ほうれん草と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌	かのよ 鶏肉と小松菜のぐくたの煮 プロッコリー・サラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌	かのよ 鶏肉と小松菜のぐくたの煮 プロッコリー・サラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌	かのよ 鶏肉と小松菜のぐくたの煮 プロッコリー・サラダ みそ汁	かのよ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー	かのよペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト	かのよ・玉ねぎ・ほうれん草・人参	かのよペースト 小松菜・人参ペースト ブロッコリーペースト	かのよ・小松菜・人参・ブロッコリー
15	木	かのよ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・かぼちゃ・チングン菜・ソーメン・醤油	かのよ 助宗タラと人参のやわらか煮 白菜サラダ みそ汁	かのよ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・大根・味噌	かのよ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ みそ汁	かのよ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・大根・味噌	かのよ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ みそ汁	かのよ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・大根・味噌	かのよペースト キャベツ・人参ペースト かぼちゃペースト チングン菜ペースト	かのよ・キャベツ・人参・かぼちゃ・チングン菜 かぼちゃペースト 白菜ペースト 大根ペースト	かのよ・人参・白菜・大根	かのよ・人参・白菜・大根



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	金	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 ほうれん草と人参のぐくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 ほうれん草と人参のぐくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・出し汁・豆腐・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・かぶ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト ほうれん草・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・ほうれん草・人参・豆腐	
17	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 助宗タラとチングン菜のぐくた煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チングン菜・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 助宗タラとチングン菜のぐくた煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チングン菜・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根	かゆペースト チングン菜ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト	おかゆ・チングン菜・かぼちゃ・キャベツ	
18	日	かゆ 豆腐と白菜のコトコト煮 プロッコリーサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・プロッコリー・玉ねぎ・ワカメ	かゆ 鶏肉となすのやわらか煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・さつま芋・味噌	かゆ 豆腐と白菜のコトコト煮 プロッコリーサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・プロッコリー・玉ねぎ・ワカメ	かゆ 鶏肉となすのやわらか煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・さつま芋・味噌	かゆペースト 豆腐・白菜・人参ペースト プロッコリー・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト さつま芋ペースト	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参・さつま芋	かゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・さつま芋	
19	月	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 大根と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・しらす干し・チングン菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのぐくたうどん きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 大根と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・しらす干し・チングン菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのぐくたうどん きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 大根・人参ペースト チングン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・大根・人参・チングン菜	うどんペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト	うどん・玉ねぎ・人参	
20	火	かゆ 助宗タラとじやが芋のほくほく煮 ほうれん草と玉ねぎのぐくた煮 スープ	おかゆ・シロイトラ・じやが芋・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 豆腐と白菜のサラダ	おかゆ・シロイトラ・じやが芋・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・白菜	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 ほうれん草と玉ねぎのぐくた煮 スープ	おかゆ・シロイトラ・じやが芋・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 豆腐と白菜のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・白菜	かゆペースト じやが芋ペースト ほうれん草・玉ねぎペースト 人参ペースト	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐・白菜ペースト	かゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・白菜	かゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・白菜	
21	水	かゆ 鶏肉と夏野菜のみそ煮 キャベツサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・なす・トマト・玉ねぎ・出し汁・味噌・片栗粉・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・醤油	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 チングン菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・出し汁・チングン菜・人参・大根・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と夏野菜のみそ煮 キャベツサラダ スープ	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・出し汁・チングン菜・人参・大根・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 チングン菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・出し汁・チングン菜・人参・大根・花ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト トマト・玉ねぎペースト キャベツペースト かぼちゃペースト	かゆペースト 玉ねぎペースト チングン菜・人参ペースト 大根ペースト・フルーツ(オレンジ)	かゆ・玉ねぎ・チングン菜・人参・大根・オレンジ	かゆ・玉ねぎ・チングン菜・人参・大根・オレンジ	
22	木	かゆ 豆腐と白菜のコトコト煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かゆ 鶏肉と野菜のぐくた煮 さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆ 豆腐と白菜のコトコト煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かゆ 鶏肉と野菜のぐくた煮 さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆペースト 豆腐ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト さつま芋ペースト 人参ペースト	かゆ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ	かゆ・豆腐・白菜・玉ねぎ・さつま芋・人参	
23	金	かゆ 鶏肉とじやが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・トマト・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	かゆ 助宗タラのトマト煮 チングン菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトラ・トマト・水・精製塩・チングン菜・人参・なす・焼ふ・出し汁・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉・じやが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	おかゆ・シロイトラ・トマト・水・精製塩・チングン菜・人参・なす・焼ふ・出し汁・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラのトマト煮 チングン菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトラ・トマト・水・精製塩・チングン菜・人参・なす・焼ふ・出し汁・味噌・バナナ	かゆペースト じやが芋・玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草・オレンジ	かゆペースト トマトペースト チングン菜・人参ペースト フルーツ(オレンジ)	かゆ・トマト・チングン菜・人参・バナナ	かゆ・トマト・チングン菜・人参・バナナ	
24	土	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 豆腐と白菜のみそ煮 人参のやわらか煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・味噌・人参・玉ねぎ・小松菜・醤油	かゆペースト 豆腐ペースト 白菜ペースト さつま芋ペースト 人参ペースト	かゆペースト 豆腐・白菜ペースト さつま芋ペースト 人参ペースト	かゆ・人参・さつま芋・キャベツ	かゆ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ・小松菜	
25	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎのだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・じやが芋・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草のぐくた煮 玉ねぎと人参の煮物 みそ汁	おかゆ・シロイトラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎと人参の煮物 みそ汁	おかゆ・シロイトラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草のぐくた煮 玉ねぎと人参の煮物 みそ汁	かゆペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト じやが芋ペースト	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	かゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参	かゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参	
26	月	かゆ 助宗タラのトマト煮 玉ねぎと人参のぐくた煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・豆腐・小松菜・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・大根・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・大根・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かゆペースト トマトペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト	かゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参	かゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参	
27	火	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ フルーツ(梨)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・梨	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・人参・大根・じやが芋・ワカメ・味噌	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ フルーツ(梨)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・梨	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・人参・大根・じやが芋・味噌	そめんペースト 人参ペースト かぼちゃペースト 梨ペースト	そめん・人参・かぼちゃ・梨	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト じやが芋ペースト	かゆ・玉ねぎ・人参・大根・じやが芋	
28	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろみ煮 ほうれん草と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と小松菜のぐくた煮 トマトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜のぐくた煮 トマトサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と小松菜のぐくた煮 トマトサラダ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト トマトペースト	かゆペースト 小松菜・人参ペースト トマトペースト	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト トマトペースト	かゆ・小松菜・人参・トマト	かゆ・小松菜・人参・トマト	
29	木	人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・かぼちゃ・チングン菜・ソーセージ・醤油・オレンジ	かゆ 助宗タラと人参のやわらか煮 白菜サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトラ・人参・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・かぼちゃ・チングン菜・ソーセージ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 ほうれん草・人参・出し汁・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人参・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	人参がゆペースト キャベツ・玉ねぎペースト かぼちゃペースト チングン菜ペースト・フルーツ(オレンジ)	かゆペースト 人参ペースト キャベツ・玉ねぎペースト 白菜ペースト	かゆペースト 人参ペースト キャベツ・玉ねぎペースト 白菜ペースト	かゆ・人参・白菜・大根	かゆ・人参・白菜・大根
30	金	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとろみ煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 ほうれん草・人参・出し汁・豆腐・ワカメ・味噌	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・ほうれん草・人参・大根・味噌・バナナ	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとろみ煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 ほうれん草・人参・大根・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト トマトペースト	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト ほうれん草・人参ペースト 豆腐ペースト	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト ほうれん草・人参ペースト 豆腐ペースト	かゆ・玉ねぎ・トマト・ほうれん草・人参・豆腐	かゆ・玉ねぎ・トマト・ほうれん草・人参・豆腐	
31	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 助宗タラとチングン菜のぐくた煮 かぼちゃのマッシュ フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトラ・チングン菜・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトラ・チングン菜・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参・大根・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト 大根ペースト	かゆペースト 玉ねぎペースト チングン菜ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト・フルーツ(オレンジ)	かゆペースト 玉ねぎ・人参・大根	かゆペースト チングン菜ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト・フルーツ(オレンジ)	かゆ・チングン菜・かぼちゃ・キャベツ・オレンジ	かゆ・チングン菜・かぼちゃ・キャベツ・オレンジ