



12月



離乳食	曜日	後期(9～11ヶ月)		離乳食	曜日	後期(9～11ヶ月)	
		昼	使用食材一覧			昼	使用食材一覧
1	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・じゃが芋・出し汁・味噌	16	火	かゆ 豆腐とかぶのコトコト煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌
2	火	かゆ 豆腐とかぶのコトコト煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌	17	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参
3	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参	18	木	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとりと煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご
4	木	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとりと煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	19	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・なす
5	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・なす	20	土	かゆ 助宗タラのトマトみそ煮 白菜のだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・味噌・白菜・豆腐・醤油・オレンジ
6	土	かゆ 助宗タラのトマトみそ煮 白菜のだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・味噌・白菜・豆腐・醤油・オレンジ	21	日		
7	日			22	月	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・花ふ・味噌
8	月	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・花ふ・味噌	23	火	鶏肉と野菜のとりと煮 さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・オレンジ
9	火	鶏肉と野菜のとりと煮 さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・オレンジ	24	水	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁・豆腐・もやし・味噌・バナナ
10	水	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁・豆腐・もやし・味噌・バナナ	25	木	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのしらすサラダ スープ・フルーツ(みかん)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・人参・きゅうり・しらす干し・大根・白菜・みかん
11	木	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根ときゅうりのしらすサラダ フルーツ(みかん)	おかゆ・鶏肉・白菜・じゃが芋・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・きゅうり・しらす干し・みかん	26	金	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・もやし・味噌
12	金	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人参・もやし・味噌	27	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・れんこん・花ふ・味噌
13	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・れんこん・花ふ・味噌	28	日		
14	日			29	月		
15	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・じゃが芋・出し汁・味噌	30	火		
				31	水		