



離乳食	曜日	後期 (9~11ヶ月)		中期 (7~8ヶ月)		初期 (5~6ヶ月)		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	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧			昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧										
2	土	保育園冬休み												17	日	保育園お休み											
3	日	保育園冬休み												18	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 キャベツのサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ ピーマン・出し汁・味 噌・キャベツ・じゃが 芋・インゲン・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 キャベツのサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ ピーマン・出し汁・味 噌・キャベツ・じゃが 芋・インゲン・醤油	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツペースト じゃが芋・インゲンペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベ ツ・じゃが芋・インゲン						
4	月	かゆ カラスカレイののり煮 かぼちゃの豆サラダ みそ汁	おかゆ・カラスカレイ・ 玉ねぎ・人参・出し汁・ 片栗粉・かぼちゃ・大 豆・チンゲン菜・焼☆ 味噌	かゆ カラスカレイののり煮 かぼちゃのサラダ みそ汁	おかゆ・カラスカレイ・ 玉ねぎ・人参・出し汁・ 片栗粉・かぼちゃ・チ ンゲン菜・焼☆・味噌	かゆペースト カラスカレイの野菜煮ペースト かぼちゃペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・カラスカレ イ・玉ねぎ・人参・か ぼちゃ・チンゲン菜	19	火	かゆ 鮭と小松菜のたくた煮 人参とごぼうのだし煮 みそ汁	おかゆ・鮭・小松菜・出 し汁・人参・ごぼう・白 菜・ワカメ・味噌	かゆ 鮭と小松菜のたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鮭・小松菜・出 し汁・人参・白菜・ワカ メ・味噌	かゆペースト 小松菜ペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・人参・ 白菜												
5	火	かゆ 鶏肉と冬野菜の豆乳煮 ブロッコリーとコンのサラダ	おかゆ・鶏肉・かぶ・ほ うれん草・玉ねぎ・人 参・豆乳・水・精製塩・ ブロッコリー・コン	かゆ 鶏肉と冬野菜の豆乳煮 ブロッコリーとコンのサラダ	おかゆ・鶏肉・かぶ・ほ うれん草・玉ねぎ・人 参・豆乳・水・精製塩・ ブロッコリー・コン	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶ・ほうれん草ペースト ブロッコリーペースト	おかゆ・玉ねぎ・人 参・かぶ・ほうれん 草・ブロッコリー	20	水	かゆ 豚肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ 人参・出し汁・砂糖・醤 油・かぼちゃ・もやし・ 豆腐・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ 人参・出し汁・砂糖・醤 油・かぼちゃ・豆腐・味 噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・豆腐ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ かぼちゃ・豆腐・バナナ												
6	水	かゆ 助産タラと玉ねぎのみそ煮 大根と人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・ 玉ねぎ・ピーマン・出し 汁・味噌・大根・人参・ ソーメン・醤油	かゆ 助産タラと玉ねぎのみそ煮 大根と人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・ 玉ねぎ・ピーマン・出し 汁・味噌・大根・人参・ ソーメン・醤油	かゆペースト 助産タラ・玉ねぎペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・スケソウタ ラ・玉ねぎ・大根・人 参	21	木	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の玉子とし煮 みそ汁 フルーツ (みかん)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ チンゲン菜・人参・玉 子・出し汁・砂糖・醤 油・ごぼう・ワカメ・味 噌・みかん	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の玉子とし煮 みそ汁 フルーツ (みかん)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ チンゲン菜・人参・玉 子・出し汁・砂糖・醤 油・ワカメ・味噌・みか ん	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参・チンゲン菜ペースト フルーツ (みかん)	おかゆ・玉ねぎ・人参・ チンゲン菜・みかん												
7	木	かゆ 豚肉と小松菜のたくた煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ 小松菜・出し汁・砂糖・ 醤油・人参・花☆	かゆ 鶏肉と小松菜のたくた煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ 小松菜・出し汁・砂糖・ 醤油・人参・花☆	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松 菜・人参	22	金	かゆ 豚肉とブロッコリーのやわらか煮 人参ときゅうりのサラダ ミルクスープ	おかゆ・豚肉・ブロッコ リー・玉ねぎ・出し汁・ 砂糖・醤油・人参・きゅ うり・さつま芋・しめ じ・牛乳・水	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 人参ときゅうりのサラダ ミルクスープ	おかゆ・鶏肉・ブロッコ リー・玉ねぎ・出し汁・ 砂糖・醤油・人参・きゅ うり・さつま芋・牛乳・ 水	かゆペースト ブロッコリー・玉ねぎペースト 人参・さつま芋ペースト	おかゆ・ブロッコリー・ 玉ねぎ・人参												
8	金	かゆ 白糸タラと人参のやわらか煮 白菜の玉子とし煮 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・白菜・イ ンゲン・玉子・砂糖・醤 油・大根・豆腐・味噌・ オレンジ	かゆ 白糸タラと人参のやわらか煮 白菜の玉子とし煮 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・白菜・イ ンゲン・玉子・砂糖・醤 油・大根・豆腐・味噌・ オレンジ	かゆペースト 白糸タラの野菜煮ペースト 大根・豆腐ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタ ラ・人参・白菜・イン ゲン・大根・豆腐・オ レンジ	23	土	お弁当日																	
9	土	お弁当日												24	日	保育園お休み											
10	日	保育園お休み												25	月	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 豚肉とほうれん草のたくた煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ 玉ねぎ・人参・出し汁・ 豚肉・ほうれん草・砂 糖・醤油・ごぼう・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 鶏肉とほうれん草のたくた煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ 玉ねぎ・人参・出し汁・ 鶏肉・ほうれん草・砂 糖・醤油	かゆペースト 白糸タラの野菜煮ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・シロイトタラ・ 玉ねぎ・人参・ほうれん 草						
11	月	成人の日												26	火	かゆ 豆腐と鶏肉ののり煮 かぼちゃと玉子のサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉 ねぎ・人参・出し汁・砂 糖・醤油・片栗粉・かぼ ちゃ・玉子・ソーメン	かゆ 豆腐と鶏肉ののり煮 かぼちゃと玉子のサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉 ねぎ・人参・出し汁・砂 糖・醤油・片栗粉・かぼ ちゃ・玉子・ソーメン	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ 人参・かぼちゃ						
12	火	かゆ 助産タラとキャベツのだし煮 豚肉と人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ キャベツ・出し汁・豚 肉・人参・砂糖・醤油・ 玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 助産タラとキャベツのだし煮 豚肉と人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ キャベツ・出し汁・鶏 肉・人参・砂糖・醤油・ 玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト 助産タラ・キャベツペースト 人参・玉ねぎペースト	おかゆ・スケソウタ ラ・キャベツ・人参・ 玉ねぎ	27	水	かゆ カラスカレイと人参のだし煮 豚肉と白菜のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・カラスカレイ・ 人参・出し汁・豚肉・白 菜・砂糖・醤油・玉ね ぎ・味噌・バナナ	かゆ カラスカレイと人参のだし煮 豚肉と白菜のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・カラスカレイ・ 人参・出し汁・豚肉・白 菜・砂糖・醤油・玉ね ぎ・味噌・バナナ	かゆペースト カラスカレイ・人参ペースト 白菜と人参のやわらか煮 バナナペースト	おかゆ・カラスカレイ・ 人参・白菜・玉ねぎ・パ ナナ												
13	水	かゆ 鶏肉の玉子とし煮 ポテトサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ 人参・チンゲン菜・玉 子・出し汁・砂糖・醤 油・じゃが芋・きゅうり	かゆ 鶏肉の玉子とし煮 ポテトサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ 人参・チンゲン菜・玉 子・出し汁・砂糖・醤 油・じゃが芋・きゅうり	かゆペースト 玉ねぎ・人参・チンゲン菜ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人 参・チンゲン菜・じゃ が芋	28	木	かゆ 鶏肉の玉子とし煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ 玉子・出し汁・砂糖・醤 油・キャベツ・人参・花 ☆・豆腐・味噌・ヨーグ ルト	かゆ 鶏肉の玉子とし煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ 玉子・出し汁・砂糖・醤 油・キャベツ・人参・花 ☆・豆腐・味噌・ヨーグ ルト	かゆペースト 玉ねぎ・豆腐ペースト キャベツ・人参ペースト ヨーグルト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・ キャベツ・人参・ヨーグ ルト												
14	木	人参かゆ 白糸タラのトマト煮 さつま芋とピーマンのマッシュ フルーツ (みかん)	おかゆ・人参・シロイト タラ・トマト・れん☆ こん・水・精製塩・さつま 芋・ピーマン・出し汁・ みかん	人参かゆ 白糸タラのトマト煮 さつま芋とピーマンのマッシュ フルーツ (みかん)	おかゆ・人参・シロイト タラ・トマト・水・精製 塩・さつま芋・ピーマ ン・出し汁・みかん	人参かゆペースト 白糸タラ・トマトペースト さつま芋ペースト フルーツ (みかん)	おかゆ・人参・シロイ トタラ・トマト・さつ ま芋・みかん	29	金	かゆ 大豆とじゃが芋のやわらか煮 大根のだし煮 すまし汁	おかゆ・大豆・じゃが 芋・小松菜・玉ねぎ・も やし・出し汁・大根・人 参・しめじ・ワカメ・醤 油	かゆ じゃが芋のやわらか煮 大根のだし煮 すまし汁	おかゆ・じゃが芋・小松 菜・玉ねぎ・出し汁・大 根・人参・ワカメ・醤油	かゆペースト 玉ねぎ・豆腐ペースト キャベツ・人参ペースト ヨーグルト	おかゆ・じゃが芋・玉ね ぎ・小松菜・大根・人 参												
15	金	かゆ 豚肉のトマト煮 ブロッコリーと人参のサラダ フルーツ (バナナ)	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ カットトマトパック・ 水・精製塩・ブロッコ リー・人参・バナナ	かゆ 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーと人参のサラダ フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ カットトマトパック・ 水・精製塩・ブロッコ リー・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎのトマト煮ペースト ブロッコリー・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・カッ トトマトパック・フ ロココリー・人参・パ ナナ	30	土	お弁当日																	
16	土	お弁当日												31	日	保育園お休み											