



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 |
| 1 | 土 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・パプリカ黄・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ほうれん草・味噌 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ほうれん草・味噌 | かゆペースト 大根・人参ペースト ほうれん草・玉ねぎペースト | おかゆ・大根・人参・ほうれん草・玉ねぎ |
| 3・17 | 月 | かゆ 鶏肉と人参のほっこり煮 さつま芋サラダ フルーツ(オレンジ) | おかゆ・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・オレンジ | かゆ 鶏肉と人参のほっこり煮 さつま芋サラダ フルーツ(オレンジ) | おかゆ・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・オレンジ | かゆペースト さつま芋ペースト 人参ペースト | おかゆ・さつま芋・人参 |
| 4・18 | 火 | かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 チンゲン菜のだし煮 | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜 | かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 チンゲン菜のだし煮 | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜 | かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参・じゃが芋ペースト | おかゆ・チンゲン菜・人参・じゃが芋 |
| 5・19 | 水 | かゆ 助宗タラとキャベツのくたくた煮 人参とインゲンのサラダ みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・インゲン・ほうれん草・花ふ・味噌・ヨーグルト | かゆ 助宗タラとキャベツのくたくた煮 人参サラダ みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・ほうれん草・味噌・ヨーグルト | かゆペースト キャベツペースト ほうれん草・人参ペースト | おかゆ・キャベツ・ほうれん草・人参 |
| 6・20 | 木 | かゆ 鶏肉と白菜のトマト煮 豆腐としらすのサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・白菜・トマト・出し汁・精製塩・豆腐・しらす干し・きゅうり・玉ねぎ・味噌 | かゆ 鶏肉と白菜のトマト煮 豆腐としらすのサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・白菜・トマト・出し汁・精製塩・豆腐・しらす干し・きゅうり・玉ねぎ・味噌 | かゆペースト トマト・白菜ペースト 玉ねぎペースト 豆腐ペースト | おかゆ・トマト・白菜・玉ねぎ・豆腐 |
| 7・21 | 金 | かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ(バナナ) | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・グリーンアスパラ・豆乳・水・精製塩・小松菜・出し汁・醤油・バナナ | かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ(バナナ) | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・小松菜・出し汁・醤油・バナナ | かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト じゃが芋ペースト バナナペースト | おかゆ・玉ねぎ・小松菜・じゃが芋・バナナ |
| 8・22 | 土 | かゆ 助宗タラと大根のほっこり煮 白菜の煮物 みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・大根・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ワカメ・味噌 | かゆ 助宗タラと大根のほっこり煮 白菜の煮物 みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・大根・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ワカメ・味噌 | かゆペースト 大根・人参ペースト 白菜ペースト | おかゆ・大根・人参・白菜 |
| 10・24 | 月 | かゆ 白糸タラとブロッコリーのやわらか煮 大根の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ) | おかゆ・シロイタラ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌・オレンジ | かゆ 白糸タラとブロッコリーのやわらか煮 大根の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ) | おかゆ・シロイタラ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌・オレンジ | かゆペースト ブロッコリー・大根ペースト さつま芋ペースト | おかゆ・ブロッコリー・大根・さつま芋 |
| 11・25 | 火 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 かぼちゃのマッシュ スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・人参 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 かぼちゃのマッシュ スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・人参 | かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ |
| 12・26 | 水 | かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 ほうれん草ともやしのサラダ すまし汁 | おかゆ・鶏肉・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・ほうれん草・もやし・ワカメ・醤油 | かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 ほうれん草サラダ すまし汁 | おかゆ・鶏肉・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・ほうれん草・もやし・ワカメ・醤油 | かゆペースト 人参ペースト ほうれん草・玉ねぎペースト 豆腐ペースト | おかゆ・人参・ほうれん草・玉ねぎ・豆腐 |
| 13・27 | 木 | かゆ 助宗タラとかぼちゃのほっこり煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ) | おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ | かゆ 助宗タラとかぼちゃのほっこり煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ) | おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・味噌・オレンジ | かゆペースト キャベツ・人参ペースト かぼちゃペースト | おかゆ・キャベツ・人参・かぼちゃ |
| 14・28 | 金 | かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトとわかめのサラダ フルーツ(バナナ) | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマト・もやし・ワカメ・バナナ | かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトとわかめのサラダ フルーツ(バナナ) | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマト・ワカメ・バナナ | かゆペースト じゃが芋・人参ペースト トマトペースト バナナペースト | おかゆ・じゃが芋・人参・トマト・バナナ |
| 15・29 | 土 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・パプリカ黄・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ほうれん草・味噌 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・ほうれん草・味噌 | かゆペースト 大根・人参ペースト ほうれん草・玉ねぎペースト | おかゆ・大根・人参・ほうれん草・玉ねぎ |