



| 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 |
| 3 | 月 | かゆ 鶏肉と大豆のやわらか煮 ブロッコリーとトマトのサラダ すまし汁・フルーツ(りんご) | おかゆ・鶏肉・大豆・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・トマト・白菜・りんご | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ブロッコリーとトマトのサラダ すまし汁・フルーツ(りんご) | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・トマト・白菜・りんご | かゆペースト ブロッコリー・トマトペースト 白菜ペースト りんごペースト | おかゆ・ブロッコリー・トマト・白菜・りんご |
| 4 | 火 | かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 大根ときゅうりのサラダ フルーツ(オレンジ) | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・きゅうり・オレンジ | かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 大根ときゅうりのサラダ フルーツ(オレンジ) | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・きゅうり・オレンジ | かゆペースト じゃが芋・人参ペースト 大根ペースト | おかゆ・じゃが芋・人参・大根 |
| 5 | 水 | かゆ 助宗タラのトマト煮 もやしと小松菜のサラダ みそ汁・フルーツ(いよかん) | おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・精製塩・もやし・小松菜・焼ふ・玉ねぎ・味噌・いよかん | かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜のサラダ みそ汁・フルーツ(いよかん) | おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・精製塩・小松菜・玉ねぎ・味噌・いよかん | かゆペースト トマトペースト 小松菜・玉ねぎペースト | おかゆ・トマト・小松菜・玉ねぎ |
| 6 | 木 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぶのサラダ 豆乳スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぶのサラダ 豆乳スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩 | かゆペースト 玉ねぎペースト かぶペースト チンゲン菜ペースト | おかゆ・玉ねぎ・かぶ・チンゲン菜 |
| 7 | 金 | くたくたけんちんうどん ブロッコリーのサラダ ヨーグルト | うどん・鶏肉・豆腐・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・ブロッコリー・ヨーグルト | くたくたけんちんうどん ブロッコリーのサラダ ヨーグルト | うどん・鶏肉・豆腐・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・ブロッコリー・ヨーグルト | うどんペースト 豆腐ペースト 大根・人参ペースト ブロッコリーペースト | うどん・豆腐・大根・人参・ブロッコリー |
| 10 | 月 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃのサラダ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃのサラダ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ | 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 | 水 | しらすかゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐とほうれん草のコトコト煮 みそ汁 | しらす干し・おかゆ・鶏肉・トマト・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・ほうれん草・人参・ワカメ・味噌 | しらすかゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐とほうれん草のコトコト煮 みそ汁 | しらす干し・おかゆ・鶏肉・トマト・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・ほうれん草・人参・ワカメ・味噌 | かゆペースト 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・トマト・ほうれん草・人参・豆腐 |
| 13 | 木 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 人参ときゅうりのサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・白菜・味噌 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 人参ときゅうりのサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・白菜・味噌 | かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 白菜ペースト | おかゆ・小松菜・玉ねぎ・白菜 |
| 14 | 金 | かゆ 鶏肉とかぼちゃのとろとろ煮 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・バナナ | かゆ 鶏肉とかぼちゃのとろとろ煮 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・バナナ | かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト バナナペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・バナナ |



| 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 |
| 17 | 月 | かゆ 鶏肉と大豆のやわらか煮 ブロッコリーとトマトのサラダ すまし汁 | おかゆ・鶏肉・大豆・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・トマト・白菜・かぶ | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ブロッコリーとトマトのサラダ すまし汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・トマト・白菜・かぶ | かゆペースト ブロッコリー・トマトペースト 白菜・かぶペースト | おかゆ・ブロッコリー・トマト・白菜・かぶ |
| 18 | 火 | かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 大根ときゅうりのサラダ フルーツ(オレンジ) | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・きゅうり・オレンジ | かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 大根ときゅうりのサラダ フルーツ(オレンジ) | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・きゅうり・オレンジ | かゆペースト じゃが芋・人参ペースト 大根ペースト | おかゆ・じゃが芋・人参・大根 |
| 19 | 水 | かゆ 助宗タラのトマト煮 もやしと小松菜のサラダ みそ汁・フルーツ(いよかん) | おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・精製塩・もやし・小松菜・焼ふ・玉ねぎ・味噌・いよかん | かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜のサラダ みそ汁・フルーツ(いよかん) | おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・精製塩・小松菜・玉ねぎ・味噌・いよかん | かゆペースト トマトペースト 小松菜・玉ねぎペースト | おかゆ・トマト・小松菜・玉ねぎ |
| 20 | 木 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぶのサラダ 豆乳スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぶのサラダ 豆乳スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩 | かゆペースト 玉ねぎペースト かぶペースト チンゲン菜ペースト | おかゆ・玉ねぎ・かぶ・チンゲン菜 |
| 21 | 金 | くたくたけんちんうどん ブロッコリーのサラダ ヨーグルト | うどん・鶏肉・豆腐・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・ブロッコリー・ヨーグルト | くたくたけんちんうどん ブロッコリーのサラダ ヨーグルト | うどん・鶏肉・豆腐・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・ブロッコリー・ヨーグルト | うどんペースト 豆腐ペースト 大根・人参ペースト ブロッコリーペースト | うどん・豆腐・大根・人参・ブロッコリー |
| 25 | 火 | かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・ミックスベジタブル・出し汁・花ふ・キャベツ・味噌 | かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・ミックスベジタブル・出し汁・キャベツ・味噌 | かゆペースト チンゲン菜ペースト キャベツペースト | おかゆ・チンゲン菜・キャベツ |
| 26 | 水 | しらすかゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐とほうれん草のコトコ煮 みそ汁 | しらす干し・おかゆ・鶏肉・トマト・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・ほうれん草・人参・ワカメ・味噌 | しらすかゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐とほうれん草のコトコ煮 みそ汁 | しらす干し・おかゆ・鶏肉・トマト・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・ほうれん草・人参・ワカメ・味噌 | かゆペースト 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・トマト・ほうれん草・人参・豆腐 |
| 27 | 木 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 人参ときゅうりのサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・白菜・味噌 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 人参ときゅうりのサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・白菜・味噌 | かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 白菜ペースト | おかゆ・小松菜・玉ねぎ・白菜 |
| 28 | 金 | かゆ 鶏肉とかぼちゃのどろろ煮 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・バナナ | かゆ 鶏肉とかぼちゃのどろろ煮 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・バナナ | かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト バナナペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・バナナ |