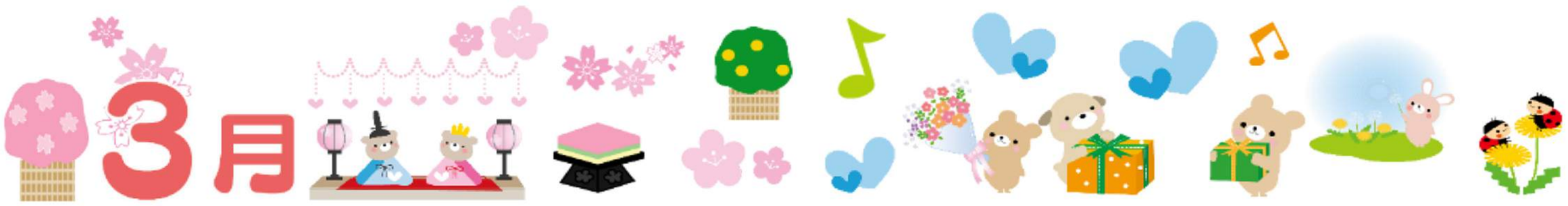

離乳食	曜日	後期（9～11ヶ月）		中期（7～8ヶ月）		初期（5～6ヶ月）	
		昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧
2	月	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・オレンジ	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・オレンジ	うどんペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	うどん・小松菜・人参・かぼちゃ
3	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 マッシュポテト すまし汁・フルーツ（りんご）	おかゆ・鶏肉・人参・れんこん・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・菜の花・花ふ・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 マッシュポテト すまし汁・フルーツ（りんご）	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・菜の花・りんご	かゆペースト 菜の花・人参ペースト じゃが芋ペースト りんごペースト	おかゆ・菜の花・人参・じゃが芋・りんご
4	水	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・ワカメ・味噌	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参
5	木	かゆ 白糸タラと玉ねぎの豆乳煮 キャベツと人参のサラダ フルーツ（いよかん）	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・いよかん	かゆ 白糸タラと玉ねぎの豆乳煮 キャベツと人参のサラダ フルーツ（いよかん）	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・キャベツ・人参
6	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりとトマトのサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・トマト・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりとトマトのサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・トマト・バナナ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト トマトペースト バナナペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・バナナ
9	月	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとろとろ煮 大根のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・キャベツ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとろとろ煮 大根のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・キャベツ・味噌	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・大根
10	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 豆腐としらすのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・出し汁・精製塩・豆腐・しらす干し・きゅうり・人参・なす・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 豆腐としらすのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・出し汁・精製塩・豆腐・しらす干し・きゅうり・人参・なす・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参
11	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・豆乳・水・精製塩・人参・出し汁・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・豆乳・水・精製塩・人参・出し汁・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参
12	木	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（りんご）	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・大根・人参・焼ふ・ワカメ・味噌・りんご	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（りんご）	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・大根・人参・ワカメ・味噌・りんご	かゆペースト 小松菜ペースト 大根・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・小松菜・大根・人参・りんご
13	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトとアスパラのサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・精製塩・トマト・グリーンアスパラ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトとアスパラのサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・精製塩・トマト・グリーンアスパラ・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト トマトペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・トマト・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
16	月	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・オレンジ	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・オレンジ	うどんペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	うどん・小松菜・人参・かぼちゃ
18	水	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・ワカメ・味噌	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参
19	木	かゆ 白糸タラと玉ねぎの豆乳煮 キャベツと人参のサラダ フルーツ（いよかん）	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・いよかん	かゆ 白糸タラと玉ねぎの豆乳煮 キャベツと人参のサラダ フルーツ（いよかん）	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・キャベツ・人参
23	月	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとろとろ煮 大根のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・キャベツ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとろとろ煮 大根のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・キャベツ・味噌	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・大根
24	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 豆腐としらすのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・出し汁・精製塩・豆腐・しらす干し・きゅうり・人参・なす・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 豆腐としらすのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・出し汁・精製塩・豆腐・しらす干し・きゅうり・人参・なす・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参
25	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・豆乳・水・精製塩・人参・出し汁・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・豆乳・水・精製塩・人参・出し汁・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参
27	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトとアスパラのサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・精製塩・トマト・グリーンアスパラ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトとアスパラのサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・精製塩・トマト・グリーンアスパラ・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト トマトペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・トマト・バナナ
30	月	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・オレンジ	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ（オレンジ）	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・オレンジ	うどんペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	うどん・小松菜・人参・かぼちゃ
31	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 マッシュポテト みそ汁・フルーツ（りんご）	おかゆ・鶏肉・人参・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・花ふ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 マッシュポテト フルーツ（りんご）	おかゆ・鶏肉・人参・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・りんご	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト じゃが芋ペースト りんごペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・じゃが芋・りんご