



離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)		中期(7~8ヶ月)		離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)		中期(7~8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
1	木	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・かぼちゃ・チンゲン菜・ソーマン・醤油	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・かぼちゃ・チンゲン菜・ソーマン・醤油	16	金	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとりみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・かぶ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとりみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・かぶ・味噌
2	金	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとりみ煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・もやし・味噌・バナナ	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとりみ煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・バナナ	17	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌
3	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	18	日				
4	日					19	月	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 大根と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・しらす干し・チンゲン菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 大根と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・しらす干し・チンゲン菜・焼ふ・味噌
5	月	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 大根と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・しらす干し・チンゲン菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 大根と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・しらす干し・チンゲン菜・焼ふ・味噌	20	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 ほうれん草と玉ねぎのたくたく煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 ほうれん草と玉ねぎのたくたく煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油
6	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 ほうれん草と玉ねぎのたくたく煮 スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油・オレンジ	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 ほうれん草と玉ねぎのたくたく煮 スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油・オレンジ	21	水	かゆ 鶏肉と夏野菜のみそ煮 キャベツサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・なす・トマト・玉ねぎ・出し汁・味噌・片栗粉・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・醤油	かゆ 鶏肉と夏野菜のみそ煮 キャベツサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・なす・トマト・玉ねぎ・出し汁・味噌・片栗粉・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・醤油
7	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・もやし・出し汁・砂糖・醤油・なす・かぼちゃ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・なす・かぼちゃ・味噌・バナナ	22	木	かゆ 豆腐と白菜のコトコ煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かゆ 豆腐と白菜のコトコ煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ
8	木	かゆ 豆腐と白菜のコトコ煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	かゆ 豆腐と白菜のコトコ煮 玉ねぎのだし煮	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ	23	金	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・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・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・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・きゅうり・ほうれん草・オレンジ
9	金	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・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・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・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・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	24	土	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖
10	土	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 さつま芋サラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・さつま芋・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	25	日				
11	日					26	月	かゆ 助宗タラのトマト煮 玉ねぎと人参のたくたく煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・豆腐・小松菜・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラのトマト煮 玉ねぎと人参のたくたく煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・人参・出し汁・豆腐・小松菜・味噌・オレンジ
12	月					27	火	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ フルーツ(梨)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・梨	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ フルーツ(梨)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・梨
13	火	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	やわらか野菜そうめん かぼちゃのマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	28	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとりみ煮 ほうれん草と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・助宗タラ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・なす・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとりみ煮 ほうれん草と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・助宗タラ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・なす・味噌・バナナ
14	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとりみ煮 ほうれん草と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとりみ煮 ほうれん草と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌	29	木	かゆ 人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・かぼちゃ・チンゲン菜・ソーマン・醤油・オレンジ	かゆ 人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・かぼちゃ・チンゲン菜・ソーマン・醤油・オレンジ
15	木	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・かぼちゃ・チンゲン菜・ソーマン・醤油	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・かぼちゃ・チンゲン菜・ソーマン・醤油	30	金	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとりみ煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・もやし・味噌・バナナ	かゆ 白糸タラと野菜のだし煮 小松菜と人参のとりみ煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・小松菜・人参・片栗粉・もやし・味噌・バナナ
						31	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌