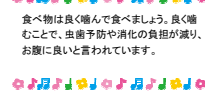


都賀せいわ保育園

リトルキッズ	昼食	3色食品群				1〜2歳児				3〜5歳児					
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー	午後おやつ	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
1	金	ご飯 カラスカレイの煮付け かぼちゃと鶏肉のバター炒め みそ汁(白菜・長ねぎ) フルーツ(みかん)	いわしせんべい・ご飯・さつま芋・バター・砂糖	カラスカレイ・牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・パイナップル・缶・みかん・寒天・人参・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 さつま芋ようかん フルーツ(パイナップル)	472 kcal 16.1 g 13.1 g 77.8 g 0.8 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
2	土	豚丼 ほうれん草のマカロニツナサラダ みそ汁(れんこん・花ふ)	ごま油・ご飯・ソフトな塩せん・マカロニミックス・りんごジャム・わかめせんべい・花ふ・砂糖・小麦粉・油	おから・ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	ほうれん草・れんこん・玉ねぎ・人参	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 おからホットケーキ	491 kcal 20.3 g 14.6 g 73.6 g 1.3 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
3	月	ご飯 助宗タラのムニエル 鶏レバーと野菜のケチャがらめ スープ(豆腐・ワカメ) ヨーグルト	ご飯・バター・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・スケソウダラ・ヨーグルト・牛乳・鶏レバー・豆乳・豆腐	キャベツ・ピーマン・ワカメ・玉ねぎ・人参	ケチャップ・ベーキングパウダー・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 きな粉蒸しパン	504 kcal 24.6 g 16.0 g 70.4 g 1.3 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
4	月	ご飯 ひとくちチキンカツ 大根と人参のサラダ みそ汁(じゃが芋・小松菜)	ご飯・じゃが芋・しらすき・わかめせんべい・パン粉・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	牛乳・鶏肉・味噌・茹小豆缶	インゲン・オレンジ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	ウスターソース・出し汁・酢・水・精製塩	牛乳 しらすきわかめせんべい 牛乳 おふのお汁粉風 フルーツ(オレンジ)	477 kcal 17.5 g 18.0 g 65.0 g 0.9 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
5	火	鉄分強化！ふりかけご飯 豆腐と野菜のうま煮 さつま芋金平 みそ汁(キャベツ・ワカメ)	ごま油・ご飯・さつま芋・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	かぶ・キャベツ・ワカメ・玉ねぎ・人参・水菜	ふりかけ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳 肉まん風	558 kcal 22.8 g 17.3 g 82.0 g 1.5 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
6	水	ナポリタン きゅうりとコーンのごまサラダ スープ(人参・ごぼう)	ごま・ご飯・スパゲッティ・わかめせんべい・砂糖・油	花かつお・牛乳・豚肉	きゅうり・コーン・ごぼう・トマト・ピーマン・玉ねぎ・人参	ウスターソース・ケチャップ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 人参おおかおにぎり トマト	448 kcal 18.8 g 14.6 g 63.9 g 1.0 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
7	木	ご飯 しらすのかき揚げ 鶏肉と野菜のどろろ煮 みそ汁(さつま芋・なめこ) フルーツ(りんご)	ご飯・さつま芋・バター・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・片栗粉・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌・冷蔵ペーパーチーズCa+Fe	チンゲン菜・なめこ・りんご・玉ねぎ・人参	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 小魚すなっく 牛乳 チーズスコーン	544 kcal 18.6 g 20.1 g 77.1 g 1.9 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
8	金	ご飯 豚肉と野菜のごまだれ炒め かぼちゃとなすの甘辛煮 みそ汁(もやし・長ねぎ)	イチゴジャム・かぼちゃ&にんじんリング・ごま・ご飯・砂糖・小麦粉・油	ヨーグルト・牛乳・豚肉・味噌	かぼちゃ・なす・もやし・人参・長ねぎ・白菜・万能ねぎ	ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 かぼちゃ&にんじんリング 牛乳 ヨーグルトパン	500 kcal 18.4 g 15.5 g 76.5 g 1.1 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
9	土	ご飯 鮭のみそ焼き キャベツと鶏肉のひじき煮 すまし汁(豆腐・花ふ) フルーツ(オレンジ)	うどん・ご飯・とうもろこしすなっく・花ふ・砂糖・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・鮭・豆腐・味噌・油揚げ	オレンジ・キャベツ・トマト・ひじき・ほうれん草	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 ミニ肉きつねうどん	520 kcal 26.8 g 17.7 g 65.5 g 1.4 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
10	日	ご飯 豚肉ときこのおおか炒め 小松菜と人参のサラダ みそ汁(れんこん・ワカメ)	ごま油・ご飯・砂糖・油	きな粉・花かつお・牛乳・豆乳・豚肉・味噌	インゲン・しめじ・れんこん・ワカメ・寒天・玉ねぎ・小松菜・人参	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ごま油せんべい 牛乳 きな粉豆乳寒天	416 kcal 19.3 g 14.1 g 57.7 g 0.9 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
11	イ ベ ン ト 献 立	ご飯 ●鶏肉と冬野菜の和風トポ じゃが芋とコーンのコロコロ和え フルーツ(りんご)	いわしせんべい・ご飯・じゃが芋・砂糖・米粉・油	牛乳・鶏肉・豆乳	かぶ・きゅうり・コーン・ほうれん草・りんご・人参・白菜	ベーキングパウダー・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 米粉のドーナッツ	482 kcal 17.5 g 17.0 g 68.8 g 1.1 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
12	火	おろしあんかいうどん さつま芋のツナ炒め フルーツ(オレンジ)	うどん・ごま油・ご飯・さつま芋・ソフトな塩せん・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油	チーズ・ツナフレーク缶・牛乳・豚肉	インゲン・オレンジ・チンゲン菜・人参・大根	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 ソフトな塩せん 牛乳 パワフルおにぎり スティック野菜	499 kcal 19.3 g 15.4 g 74.2 g 1.5 g	kcal g g g g	乳・卵・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
13	水	ご飯 白糸タラのから揚げ 白菜のしらす煮 鶏汁(鶏肉・もやし・焼ふ) フルーツ(バナナ)	ご飯・じゃが芋・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	しらす干し・シロイタダ・牛乳・鶏肉・味噌	トマト・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参・白菜	ウスターソース・ケチャップ・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 ポテト包み焼き(ミートソース)	483 kcal 22.7 g 16.7 g 65.3 g 1.2 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
14	木	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉の彩り中華炒め 小松菜とれんこんの煮物 みそ汁(なす・ごぼう)	ごま油・ご飯・しらすき・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆乳・豚肉・味噌・茹小豆缶	コーン・ごぼう・なす・れんこん・玉ねぎ・小松菜・人参	ふりかけ・ベーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 しらすきわかめせんべい 牛乳 ふんわりどら焼き	456 kcal 18.5 g 14.3 g 67.5 g 1.2 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
15	金	ご飯 カラスカレイの煮付け かぼちゃと鶏肉のバター炒め みそ汁(白菜・長ねぎ) フルーツ(みかん)	いわしせんべい・ご飯・じゃが芋・砂糖・米粉・油	カラスカレイ・牛乳・鶏肉・味噌	かぼちゃ・パイナップル・缶・みかん・寒天・人参・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	牛乳 ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳 さつま芋ようかん フルーツ(パイナップル)	473 kcal 16.0 g 13.0 g 78.2 g 0.8 g	kcal g g g g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・落花生・そば・そば粉)	
年齢		給与栄養目標量		当月平均給与栄養量											
		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分									
3〜5歳		585/24.1/16.2/85.5/1.6未満	604	24.5	18.7	89.2									
1〜2歳		485/20.1/13.5/71.0/1.4未満	489	20.1	15.8	70.8									

*当園では午前おやつは提供していません。(1、2歳児のみに牛乳を提供しております。)

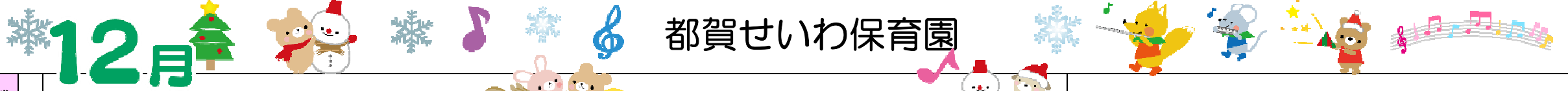


※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で分かりやすくする為の目安です。3色食品群に分類されない食材は、「3色食品群以外の使用食材」に記載しております。
※調味料のアレルギー表示は弊社でお届けしたものに限りです。また、コンタミ等のアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認下さい。
※都合により、献立を変更する場合がございます。
※1〜2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつの場合の合計栄養価になります。

タイハイ(株) 応援サポーター 林孝たい平師匠

クリスマスみんなで楽しむぞうだね。





都賀せいわ保育園

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	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
		1	金	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・かぼちゃ・白菜・味噌・ みかん	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・トマト・ きゅうり・もやし・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・かぼちゃ・白菜・味噌・ みかん	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 トマトときゅうりのサラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・トマト・ きゅうり	かゆペースト 人参ペースト かぼちゃペースト 白菜ペースト・フルーツ(みかん)	おかゆ・人参・かぼちゃ・ 白菜・みかん
2	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・ れんこん・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ 小松菜・出し汁・かぶ・人参・ じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・ 花ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ 小松菜・出し汁・かぶ・人参・ じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト かぶ・人参ペースト じゃが芋ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・かぶ・ 人参・じゃが芋・オレンジ
3	日	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・ 出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・ ワカメ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと人参のサラダ	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	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・ 出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・ ワカメ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと人参のサラダ	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	かゆペースト キャベツペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・ 人参・豆腐	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
4	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 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・じゃが芋・ 小松菜・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・ 出し汁・片栗粉・白菜・人参・玉ねぎ・ れんこん・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 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・じゃが芋・ 小松菜・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・ 出し汁・片栗粉・白菜・人参・玉ねぎ・ 味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト 大根・人参ペースト じゃが芋・小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・大根・人参・ じゃが芋・小松菜	かゆペースト チンゲン菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんごペースト	おかゆ・チンゲン菜・白菜・ 人参・玉ねぎ・りんご
5	火	かゆ 豆腐とかぶのコトコ煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・ 砂糖・醤油・さつま芋・人参・ キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・ 出し汁・味噌・人参・ほうれん草・ かぼちゃ・醤油	かゆ 豆腐とかぶのコトコ煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・ 砂糖・醤油・さつま芋・人参・ キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・ 出し汁・味噌・人参・ほうれん草・ かぼちゃ・醤油	かゆペースト 豆腐・かぶペースト さつま芋・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・豆腐・かぶ・さつま芋・ 人参・キャベツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト ほうれん草・かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・ かぼちゃ
6	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・ 砂糖・醤油・きゅうり・人参	かゆ 助宗タラともやしのほくほく煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・もやし・ じゃが芋・人参・出し汁・白菜・ 花ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・ 砂糖・醤油・きゅうり・人参	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・ 人参・出し汁・白菜・花ふ・味噌・ バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参	かゆペースト じゃが芋・人参ペースト 白菜ペースト バナナペースト	おかゆ・じゃが芋・人参・ 白菜・バナナ
7	木	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・ しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・ 出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・ 豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・ しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・ 出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・ 豆腐・味噌	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト さつま芋ペースト・りんごペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・ 玉ねぎ・さつま芋・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト キャベツ・豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・ 人参・キャベツ・豆腐
8	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとなすのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ なす・もやし・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 れんこんと人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ 出し汁・れんこん・人参・片栗粉・ かぶ・ワカメ・味噌・みかん	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとなすのほくほく煮 みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ なす	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ 出し汁・人参・片栗粉・かぶ・ ワカメ・味噌・みかん	かゆペースト 白菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・白菜・人参・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト フルーツ(みかん)	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・ みかん
9	土	かゆ 助宗タラとキャベツのみそ煮 トマトサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・ 出し汁・味噌・トマト・豆腐・ 花ふ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ 玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのみそ煮 トマトサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・ 出し汁・味噌・トマト・豆腐・ 花ふ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ 玉ねぎ・味噌	かゆペースト キャベツペースト トマトペースト 豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・キャベツ・トマト・ 豆腐・オレンジ	かゆペースト 大根・人参ペースト さつま芋ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・大根・人参・さつま芋・ 玉ねぎ
10	日	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・ 砂糖・醤油・小松菜・人参・れんこん・ ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ チンゲン菜・出し汁・人参・かぼちゃ・ 味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのわかめ煮 小松菜と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ワカメ・ 出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参	かゆ 助宗タラと野菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ チンゲン菜・出し汁・人参・かぼちゃ・ 味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・ 人参	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・ 人参・かぼちゃ
11	月	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・白菜・かぶ・ ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・ 醤油・じゃが芋・きゅうり・りんご	かゆ 豆腐と玉ねぎのみそ煮 トマトのしらすサラダ スープ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・ 味噌・片栗粉・トマト・しらす干し・ 人参・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・白菜・かぶ・ ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・ 醤油・じゃが芋・きゅうり・りんご	かゆ 豆腐と玉ねぎのみそ煮 トマトのしらすサラダ スープ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・ 味噌・片栗粉・トマト・しらす干し・ 人参・醤油	かゆペースト 白菜・かぶペースト 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・白菜・かぶ・ほうれん草・ 人参・じゃが芋・りんご	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト トマトペースト 人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ トマト・人参
12	火	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チンゲン菜・ 人参・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 小松菜となすのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ 人参・出し汁・小松菜・なす・ キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 小松菜となすのくたくた煮 みそ汁	うどん・鶏肉・大根・チンゲン菜・ 人参・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 小松菜となすのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ 人参・出し汁・小松菜・なす・ キャベツ・ワカメ・味噌	かゆペースト 大根・チンゲン菜・人参ペースト さつま芋ペースト フルーツ(オレンジ)	うどん・大根・チンゲン菜・ 人参・さつま芋・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・ キャベツ
13	水	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・ 水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・ 出し汁・もやし・焼ふ・味噌・ バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・ かぶ・味噌	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・ 水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・ 出し汁・焼ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・ かぶ・味噌	かゆペースト トマトペースト 白菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・トマト・白菜・ 人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・ かぶ
14	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜とれんこんのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・小松菜・ れんこん・なす・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・ 出し汁・人参・大根・玉ねぎ・ 味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・小松菜・ なす・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・ 出し汁・人参・大根・玉ねぎ・ 味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜	かゆペースト キャベツ・人参ペースト 大根・玉ねぎペースト りんごペースト	おかゆ・キャベツ・人参・ 大根・玉ねぎ・りんご
15	金	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・かぼちゃ・白菜・味噌・ みかん	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・トマト・ きゅうり・もやし・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・かぼちゃ・白菜・味噌・ みかん	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 トマトときゅうりのサラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・トマト・ きゅうり	かゆペースト 人参ペースト かぼちゃペースト 白菜ペースト・フルーツ(みかん)	おかゆ・人参・かぼちゃ・ 白菜・みかん	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト トマトペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ トマト

都賀せいわ保育園

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		夕		使用食材一覧		昼		使用食材一覧		夕		使用食材一覧																																																																																																																																																																																																															
		内容	食材	内容	食材	内容	食材	内容	食材	内容	食材	内容	食材	内容	食材	内容	食材																																																																																																																																																																																																														
16	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・れんこん・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のたくたく煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のたくたく煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト かぶ・人参ペースト じゃが芋ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・かぶ・人参・じゃが芋・オレンジ	17	日	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと人参のサラダ	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	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと人参のサラダ	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	かゆペースト キャベツペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・豆腐	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	18	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 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・じゃが芋・小松菜・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のとりと煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・白菜・人参・玉ねぎ・れんこん・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 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・じゃが芋・小松菜・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のとりと煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・片栗粉・白菜・人参・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト 大根・人参ペースト じゃが芋・小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・大根・人参・じゃが芋・小松菜	かゆペースト チンゲン菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんごペースト	おかゆ・チンゲン菜・白菜・人参・玉ねぎ・りんご	19	火	かゆ 豆腐とかぶのコトコ煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・人参・ほうれん草・かぼちゃ・醤油	かゆ 豆腐とかぶのコトコ煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・人参・ほうれん草・かぼちゃ・醤油	かゆペースト 豆腐・かぶペースト さつま芋・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・豆腐・かぶ・さつま芋・人参・キャベツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト ほうれん草・かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・かぼちゃ	20	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参	かゆ 助宗タラとやしのほくほく煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・もやし・じゃが芋・人参・出し汁・白菜・花ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・人参・出し汁・白菜・花ふ・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参	かゆペースト じゃが芋・人参ペースト 白菜ペースト バナナペースト	おかゆ・じゃが芋・人参・白菜・バナナ	21	木	かゆ 鶏肉と野菜のとりと煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と小松菜のたくたく煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のとりと煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と小松菜のたくたく煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・キャベツ・豆腐・味噌	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト さつま芋ペースト・りんごペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・さつま芋・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト キャベツ・豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・キャベツ・豆腐	22	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・もやし・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 れんこんと人参のとりと煮 みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・れんこん・人参・片栗粉・かぶ・ワカメ・味噌・みかん	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 人参のとりと煮 みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・れんこん・人参・片栗粉・かぶ・ワカメ・味噌・みかん	かゆペースト 白菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・白菜・人参・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト フルーツ(みかん)	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・みかん	23	土	かゆ 助宗タラとキャベツのみそ煮 トマトサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・トマト・豆腐・花ふ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのみそ煮 トマトサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・トマト・豆腐・花ふ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・玉ねぎ・味噌	かゆペースト キャベツペースト トマトペースト 豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・キャベツ・トマト・豆腐・オレンジ	かゆペースト 大根・人参ペースト さつま芋ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・大根・人参・さつま芋・玉ねぎ	24	日	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・れんこん・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のたくたく煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・人参・かぼちゃ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのわかめ煮 小松菜と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参	かゆ 助宗タラと野菜のたくたく煮 人参のやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・人参・かぼちゃ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・かぼちゃ	25	月	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 じゃが芋と人参のきゅうりサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・人参・きゅうり・かぶ・白菜・りんご	かゆ 豆腐と玉ねぎのみそ煮 トマトのしらすサラダ スープ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・味噌・片栗粉・トマト・しらす干し・人参・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 じゃが芋と人参のきゅうりサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・人参・きゅうり・かぶ・白菜・りんご	かゆ 豆腐と玉ねぎのみそ煮 トマトのしらすサラダ スープ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・味噌・片栗粉・トマト・しらす干し・人参・醤油	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト じゃが芋・人参ペースト かぶ・白菜ペースト・りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・じゃが芋・人参・かぶ・白菜・りんご	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト トマトペースト 人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・トマト・人参	26	火	かゆ 鶏肉と野菜のとりと煮 うどん さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 小松菜となすのたくたく煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・小松菜・なす・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 小松菜となすのたくたく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・大根・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・さつま芋・オレンジ	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 小松菜となすのたくたく煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・小松菜・なす・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆペースト 大根・チンゲン菜・人参ペースト さつま芋ペースト フルーツ(オレンジ)	うどん・大根・チンゲン菜・人参・さつま芋・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・キャベツ	27	水	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・もやし・焼ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・かぶ・味噌	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜と人参のしらす煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・白菜・人参・しらす干し・出し汁・焼ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・かぶ・味噌	かゆペースト トマトペースト 白菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・トマト・白菜・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・かぶ	28	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜とれんこんのたくたく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・れんこん・なす・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・人参・大根・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜のたくたく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・なす・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・人参・大根・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・人参・大根・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆペースト キャベツ・人参ペースト 大根・玉ねぎペースト りんごペースト	おかゆ・キャベツ・人参・大根・玉ねぎ・りんご	29	金	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・かぼちゃ・白菜・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 トマトときゅうりのサラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・かぼちゃ・白菜・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 トマトときゅうりのサラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり	かゆペースト 人参ペースト かぼちゃペースト 白菜ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・かぼちゃ・白菜・オレンジ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト トマトペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・トマト	30	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・れんこん・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のたくたく煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・花ふ・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のたくたく煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・じゃが芋・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・じゃが芋・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト かぶ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・かぶ・人参・じゃが芋	31	日	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・醤油・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 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・大根・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・醤油・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 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・大根・味噌	かゆペースト キャベツペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・りんごペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・豆腐・りんご	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・大根