

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		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	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー			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	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	
1	木	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのオニオンソースがけ 鶏肉とひじきの炒り煮 みそ汁(白菜・インゲン) フルーツ(いよかん)	ごま油・ご飯・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉・油	スケソウダラ・牛乳・鶏肉・味噌	いよかん・インゲン・トマト・パイナップル缶・ひじき・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜	ケチャップ・ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	午後おやつ(1~2歳児のみ) 午後おやつ 牛乳 小魚せんべい 人参 人参のポパイおやき フルーツ(バナナ缶)	427 kcal 18.8 g 13.3 g 63.6 g 1.2 g	517 kcal 22.8 g 15.4 g 77.4 g 1.5 g	16	金	ご飯 豆腐の肉野菜あんかけ キャベツともやしサラダ みそ汁(油揚げ・花ふ)	かぼちゃ&にんじんリング・ごま油・ご飯・さつま芋・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・豆腐・鶏肉・味噌 牛乳・味噌・油揚げ	えのき豆・キャベツもやし・玉ねぎ・人参	ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢	午後おやつ(1~2歳児のみ) 午後おやつ 牛乳 かぼちゃ&にんじんリング 牛乳 さつま芋の蒸しまんじゅう	485 kcal 20.6 g 14.9 g 71.2 g 1.1 g	602 kcal 25.4 g 17.6 g 90.6 g 1.4 g	
2	金	●鬼さんライス キャベツともやしのサラダ みそ汁(油揚げ・花ふ) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・さつま芋・しらす&わかめせんべい・花ふ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ	えのき豆・キャベツ・バナナ・ピーマン・もやし・レーズン・玉ねぎ・人参	ケチャップ・ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 ●鬼まんじゅう	488 kcal 17.0 g 14.2 g 77.3 g 1.1 g	603 kcal 20.4 g 16.5 g 98.0 g 1.4 g	17	土	ご飯 鶏肉と野菜の甘辛炒め ほうれん草と人参のおかか煮 みそ汁(ごぼう・万能ねぎ)	ご飯・とうもろこしすなっく・砂糖・小麦粉・油	おから・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌	ごぼう・ほうれん草・りんご・玉ねぎ・人参・白菜・万能ねぎ	ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 りんごのおからボール揚げ	506 kcal 18.3 g 17.8 g 73.2 g 1.2 g	630 kcal 22.3 g 21.5 g 93.3 g 1.5 g	
3	土	ご飯 鶏肉と野菜の甘辛炒め ほうれん草と人参のおかか煮 みそ汁(ごぼう・万能ねぎ)	ご飯・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・油	おから・花かつお・牛乳・鶏肉・豆腐・味噌	ごぼう・ほうれん草・りんご・玉ねぎ・人参・白菜・万能ねぎ	ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	牛乳 ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳 りんごのおからボール揚げ	511 kcal 18.4 g 17.8 g 74.5 g 1.2 g	630 kcal 22.3 g 21.5 g 93.3 g 1.5 g	18	日	ご飯 白糸タラの甘酢漬け 豚肉とさつま芋のどろみ煮 みそ汁(れんこん・焼ふ) ヨーグルト	ごま・ごませんべい・ご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	きな粉・シロイタダ・ヨーグルト・牛乳・豆腐・豚肉・味噌	グリーンピース・パプリカ赤・れんこん・玉ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 わかめせんべい 牛乳 ヘルシーくずもち	473 kcal 22.8 g 14.9 g 65.1 g 0.9 g	581 kcal 28.2 g 17.4 g 81.1 g 1.1 g	
4	月	ご飯 白糸タラの甘酢漬け 豚肉とさつま芋のどろみ煮 みそ汁(れんこん・焼ふ) ヨーグルト	ごま・ご飯・さつま芋・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・焼ふ・片栗粉・油	きな粉・シロイタダ・ヨーグルト・牛乳・豆腐・豚肉・味噌	グリーンピース・パプリカ赤・れんこん・玉ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水	牛乳 わかめせんべい 牛乳 ヘルシーくずもち	473 kcal 22.8 g 14.9 g 65.1 g 0.9 g	581 kcal 28.2 g 17.4 g 81.1 g 1.1 g	19	月	ご飯 かぼちゃのシチュー マカロニサラダ フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・じゃが芋・ソフトな塩せんべい・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	おから・スケソウダラ・牛乳・豆腐・味噌・油揚げ	いわしせんべい・ご飯・マカロニ・砂糖・片栗粉・油	SBシチューの王子さま顆粒・ケチャップ・酒・酢・水・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 粉豆腐ナゲット	539 kcal 22.8 g 21.0 g 69.1 g 1.3 g	675 kcal 28.2 g 25.8 g 87.8 g 1.6 g	
5	火	ご飯 かぼちゃのシチュー マカロニサラダ フルーツ(りんご)	ごま・ご飯・じゃが芋・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・豚肉・味噌	かぼちゃ・きゅうり・コーン・パセリ・りんご・玉ねぎ・人参	SBシチューの王子さま顆粒・ケチャップ・酒・酢・水・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 粉豆腐ナゲット	539 kcal 22.8 g 21.0 g 69.1 g 1.3 g	675 kcal 28.2 g 25.8 g 87.8 g 1.6 g	20	火	ご飯 助宗タラと冬野菜の塩あん煮 炒りおから みそ汁(キャベツ・長ねぎ) フルーツ(いよかん)	ごま油・ご飯・じゃが芋・ソフトな塩せんべい・バター・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	おから・スケソウダラ・牛乳・豆腐・味噌・油揚げ	いわしせんべい・ご飯・マカロニ・砂糖・片栗粉・油	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 ソフトな塩せんべい 牛乳 じゃが芋のソフトクッキー	496 kcal 18.0 g 17.1 g 74.9 g 1.3 g	613 kcal 21.7 g 20.5 g 94.4 g 1.5 g	
6	水	ご飯 助宗タラと冬野菜の塩あん煮 炒りおから みそ汁(キャベツ・長ねぎ) フルーツ(いよかん)	かぼちゃ&にんじんリング・ごま油・ご飯・じゃが芋・りんご・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	おから・スケソウダラ・牛乳・豆腐・味噌・油揚げ	いよかん・かぶ・キャベツ・人参・水菜・生姜・長ねぎ	みりん風調味料・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 かぼちゃ&にんじんリング 牛乳 じゃが芋のソフトクッキー	493 kcal 17.9 g 17.1 g 74.0 g 1.2 g	613 kcal 21.7 g 20.5 g 94.4 g 1.5 g	21	水	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の竜田揚げ 豆腐と野菜のやわらか煮 みそ汁(なす・ワカメ)	ごま・マカロニ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・茹大豆缶	ごま・マカロニ・砂糖・小麦粉・油	トマト・なす・りんご・ワカメ・小松菜・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 お汁粉風マカロニ フルーツ(りんご)	494 kcal 20.3 g 18.3 g 65.5 g 1.0 g	614 kcal 25.0 g 22.1 g 82.9 g 1.2 g
7	木	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の竜田揚げ 豆腐と野菜のやわらか煮 みそ汁(なす・ワカメ)	ごま・とうもろこしすなっく・マカロニ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・豆腐・味噌・茹大豆缶	トマト・なす・りんご・ワカメ・小松菜・人参	ふりかけ・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 お汁粉風マカロニ フルーツ(りんご)	494 kcal 20.3 g 18.3 g 65.5 g 1.0 g	614 kcal 25.0 g 22.1 g 82.9 g 1.2 g	22	木	ご飯 カラスカレイの煮付け 豚じゃが炒め みそ汁(ほうれん草・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	ごま・じゃが芋・しらす&わかめせんべい・りんご・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・牛乳・豚肉・味噌	オレンジ・ごぼう・ほうれん草・人参・白菜	ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 ごませんべい 牛乳 ヨーグルトパン	508 kcal 19.6 g 15.5 g 76.6 g 1.2 g	626 kcal 23.6 g 18.1 g 96.8 g 1.5 g	
8	金	カラスカレイの煮付け 豚じゃが炒め みそ汁(ほうれん草・ごぼう) フルーツ(オレンジ)	ごま・じゃが芋・しらす&わかめせんべい・りんご・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・牛乳・豚肉・味噌	オレンジ・ごぼう・ほうれん草・人参・白菜	ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 ごませんべい 牛乳 ヨーグルトパン	508 kcal 19.6 g 15.5 g 76.6 g 1.2 g	626 kcal 23.6 g 18.1 g 96.8 g 1.5 g	23	金	スパゲッティミートソース 白糸タラと冬野菜のサラダ スープ(キャベツ・万能ねぎ)	ごま・じゃが芋・しらす&わかめせんべい・りんご・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	チーズ・牛乳・豚肉	ごま・じゃが芋・しらす&わかめせんべい・りんご・じゃが芋・砂糖・小麦粉・油	スパゲッティミートソース 白糸タラと冬野菜のサラダ スープ(キャベツ・万能ねぎ)	牛乳 ごませんべい 牛乳 ヨーグルトパン	490 kcal 19.4 g 17.0 g 69.9 g 1.3 g	603 kcal 23.5 g 20.3 g 87.6 g 1.6 g	
9	土	スパゲッティミートソース 白糸タラと冬野菜のサラダ スープ(キャベツ・万能ねぎ)	いわしせんべい・ご飯・スパゲッティ・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	チーズ・牛乳・豚肉	かぼちゃ・キャベツ・グリーンピース・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	ウスターソース・ケチャップ・ふりかけ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 いわしせんべい 牛乳 チーズふりかけおにぎり スティック野菜	490 kcal 19.4 g 17.0 g 69.9 g 1.3 g	603 kcal 23.5 g 20.3 g 87.6 g 1.6 g	24	土	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 切干大根サラダ みそ汁(玉ねぎ・焼ふ)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・パン粉・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	牛乳・鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・切干大根	ペーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 わかめせんべい 牛乳 お汁粉マカロニ フルーツ(りんご)	492 kcal 18.3 g 17.2 g 69.2 g 1.0 g	606 kcal 22.1 g 20.5 g 86.7 g 1.2 g	
10	日	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 切干大根サラダ みそ汁(玉ねぎ・焼ふ)	イチゴジャム・ごま油・ご飯・ソフトな塩せんべい・パン粉・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	牛乳・鶏肉・豆腐・味噌	きゅうり・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・切干大根	ペーキングパウダー・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 ソフトな塩せんべい 牛乳 豆腐ホットケーキ	491 kcal 18.3 g 17.1 g 69.2 g 1.1 g	606 kcal 22.1 g 20.5 g 86.7 g 1.2 g	25	日	ご飯 鯛のみそ煮 鶏レバーの甘辛ごま炒め すまし汁(大根・ワカメ) フルーツ(オレンジ)	うどん・ごま・ご飯・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏レバー・鶏肉・鮭・味噌	オレンジ・パプリカ黄・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 小魚すなっく 牛乳 ミニあんかけ鶏うどん	490 kcal 25.7 g 13.7 g 67.1 g 1.4 g	609 kcal 32.1 g 15.9 g 85.1 g 1.8 g	
11	月	ご飯 鯛のみそ煮 鶏レバーの甘辛ごま炒め すまし汁(大根・ワカメ) フルーツ(オレンジ)	うどん・ごま・ご飯・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏レバー・鶏肉・鮭・味噌	オレンジ・パプリカ黄・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	牛乳 小魚せんべい 牛乳 ミニあんかけ鶏うどん	495 kcal 25.7 g 13.7 g 68.3 g 1.4 g	609 kcal 32.1 g 15.9 g 85.1 g 1.8 g	26	月	ご飯 肉豆腐 ポテトツナサラダ みそ汁(かぶ・ごぼう)	ごま・じゃが芋・しらす&わかめせんべい・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏レバー・鶏肉・味噌	オレンジ・パプリカ黄・ワカメ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 ふんわりどら焼き	491 kcal 20.7 g 15.2 g 72.9 g 1.2 g	608 kcal 25.4 g 17.8 g 92.1 g 1.5 g	
12	火	肉豆腐 ポテトツナサラダ みそ汁(かぶ・ごぼう)	ごま・じゃが芋・しらす&わかめせんべい・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・鶏レバー・鶏肉・味噌・茹大豆缶	ツナ・フレック缶・牛乳・豆腐・豚肉・味噌・茹大豆缶	インゲン・かぶ・コーン・ごぼう・玉ねぎ・人参	ペーキングパウダー・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 ふんわりどら焼き	491 kcal 20.7 g 15.2 g 72.9 g 1.2 g	608 kcal 25.4 g 17.8 g 92.1 g 1.5 g	27	火	ご飯 白糸タラの磯風味焼き 挽肉と冬野菜のどろみ煮 みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) フルーツ(いよかん)	ごま・とうもろこしすなっく・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・シロイタダ・牛乳・鶏肉・高野豆腐・味噌・油揚げ	あおさ粉・いよかん・りんご・玉ねぎ・人参・大根・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 とうもろこしすなっく 牛乳 高野豆腐のあべがわ風 フルーツ(バナナ)	493 kcal 23.4 g 18.3 g 61.7 g 1.0 g	613 kcal 29.2 g 22.1 g 77.8 g 1.2 g
13	水	白糸タラの磯風味焼き 挽肉と冬野菜のどろみ煮 みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ごま・ほうれん草と小松菜せんべい・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	きな粉・シロイタダ・牛乳・鶏肉・高野豆腐・味噌・油揚げ	あおさ粉・バナナ・りんご・玉ねぎ・人参・大根・白菜・白桃缶	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 ほうれん草と小松菜せんべい 牛乳 高野豆腐のあべがわ風 フルーツ(白桃缶)	509 kcal 23.7 g 18.2 g 65.3 g 1.0 g	628 kcal 29.4 g 22.0 g 82.0 g 1.2 g	28	水	ハヤシライス 小松菜とかぶのサラダ スープ(さつま芋・長ねぎ) フルーツ(バナナ)	ごま・じゃが芋・しらす&わかめせんべい・小麦粉・片栗粉・油	牛乳・豆腐・豚肉・冷蔵ビーチーズ Ca+Fe	かぶ・グリーンピース・りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・長ねぎ	SBハヤシの王子さま顆粒・ペーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 チーズスコーン	514 kcal 19.6 g 18.1 g 72.5 g 2.3 g	636 kcal 23.9 g 21.7 g 91.1 g 3.0 g	
14	木	●バレンタイン☆ハヤシライス 小松菜とかぶのサラダ スープ(さつま芋・長ねぎ) フルーツ(りんご)	ごま油・ご飯・さつま芋・バター・わかめせんべい・砂糖・小麦粉・油	牛乳・豆腐・豚肉・冷蔵ビーチーズ Ca+Fe	かぶ・グリーンピース・りんご・玉ねぎ・小松菜・人参・長ねぎ	SBハヤシの王子さま顆粒・ペーキングパウダー・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	牛乳 しらす&わかめせんべい 牛乳 チーズスコーン	514 kcal 19.6 g 18.1 g 72.5 g 2.3 g	636 kcal 23.9 g 21.7 g 91.1 g 3.0 g	29	木	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのオニオンソースがけ 鶏肉とひじきの炒り煮 みそ汁(白菜・インゲン) フルーツ(いよかん)	ごま油・ご飯・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・片栗粉・油	スケソウダラ・牛乳・鶏肉・味噌	いわしせんべい・ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ふりかけ・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 いわしせんべい 牛乳 人参のポパイおやき フルーツ(バナナ缶)	426 kcal 18.9 g 13.4 g 62.3 g 1.2 g	517 kcal 22.8 g 15.4 g 77.4 g 1.5 g	
15	金	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのオニオンソースがけ 鶏肉とひじきの炒り煮 みそ汁(白菜・インゲン) フルーツ(いよかん)	ごま油・ご飯・砂糖・小魚すなっく・小麦粉・片栗粉・油	スケソウダラ・牛乳・鶏肉・味噌	いわしせんべい・ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ふりかけ・酒・出し汁・醤油・水	牛乳 小魚すなっく 牛乳 人参のポパイおやき フルーツ(バナナ缶)	422 kcal 18.8 g 13.3 g 61.4 g 1.2 g	517 kcal 22.8 g 15.4 g 77.4 g 1.5 g											

※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がお届けしたものと限りません。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・午後おやつの合計栄養価になります。

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

ハイハイ(株) 田原サポーター 様々なイベント

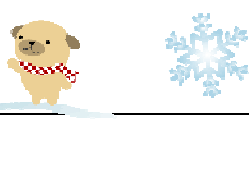
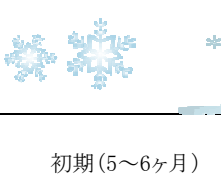
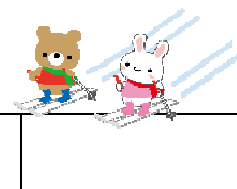
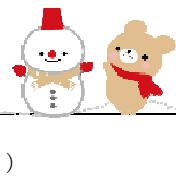
2月といえば節分ですね!
 おには外〜節分は内〜!

食べる物は長く噛んで食べましょう。長く噛むことで、食糧を消化の負担が減り、お腹に良いと書かれています。

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がお届けしたものと限りません。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・午後おやつの合計栄養価になります。



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	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人参・白菜
2	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツともやしサラダ みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・もやし・花ふ・味噌・バナナ	かゆ たくたく鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・ヨーグルト	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・花ふ・味噌・バナナ	かゆ たくたく鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・ヨーグルト	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ・バナナ	うどんペースト 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	うどん・大根・人参・小松菜
3	土	かゆ 鶏肉と白菜のたくたく煮 ほうれん草と人参のやわらか煮	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぶとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・かぶ・トマト・かぼちゃ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のたくたく煮 ほうれん草と人参のやわらか煮	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぶとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・かぶ・トマト・かぼちゃ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト ほうれん草・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・ほうれん草・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶ・トマトペースト かぼちゃペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・トマト・かぼちゃ・オレンジ
4	日	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 さつま芋のとろみ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイタラ・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・片栗粉・れんこん・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 キャベツと人参のだし煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 さつま芋のとろみ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイタラ・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・片栗粉・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	おかゆ・玉ねぎ・さつま芋・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜ペースト・キャベツ・人参ペースト	かゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・キャベツ・人参	かゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト
5	月	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 きゅうりのサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 ほうれん草と大根のたくたく煮 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・ほうれん草・大根・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 きゅうりのサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト かぼちゃ・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・ほうれん草・大根・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・りんご	かゆペースト トマトペースト ほうれん草・大根ペースト 玉ねぎペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・トマト・ほうれん草・大根・玉ねぎ・オレンジ	
6	火	かゆ 助宗タラとかぶのとろみ煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・片栗粉・人参・キャベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとかぶのとろみ煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・片栗粉・人参・キャベツ・味噌・いよかん	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・かぶ・人参・キャベツ	かゆペースト 白菜ペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・白菜・人参・キャベツ	かゆペースト 白菜ペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・白菜・さつま芋・人参
7	水	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と小松菜のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・小松菜・人参・出し汁・なす・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 かぼちゃと人参の煮物 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・もやし・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆペースト トマトペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト	おかゆ・トマト・豆腐・小松菜・人参	かゆペースト ブロッコリーペースト かぼちゃ・人参ペースト 玉ねぎペースト・バナナペースト	おかゆ・ブロッコリー・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・バナナ				
8	木	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 じゃが芋と人参のほくほく煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・人参・ほうれん草・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・人参・花ふ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト じゃが芋・人参ペースト ほうれん草ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・白菜・じゃが芋・人参・ほうれん草・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・かぶ・人参				
9	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリーのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 豆腐と人参のコトコ煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・豆腐・人参・大根・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリーペースト・キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 豆腐・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・人参・大根				
10	土	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のたくたく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト煮 白菜のやわらか煮 スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・かぶ・カットマトバツク・水・精製塩・白菜・出し汁・人参・醤油・りんご	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 野菜のトマトペースト 白菜ペースト 人参ペースト・りんごペースト	おかゆ・じゃが芋・かぶ・カットマトバツク・白菜・人参・りんご				
11	日	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋とほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ほうれん草・れんこん・味噌	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・大根ペースト フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつま芋・ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつま芋・ほうれん草				
12	月	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 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・玉ねぎ・しらす干し・焼ふ・味噌・りんご	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト かぶペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・じゃが芋・かぶ	かゆペースト チンゲン菜・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・人参・玉ねぎ・りんご				
13	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 白菜と大根のとろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイタラ・人参・出し汁・白菜・大根・片栗粉・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 白菜・大根ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・人参・白菜・大根・玉ねぎ	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草				
14	水	かゆ 人参かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜とかぶのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・かぶ・さつま芋・りんご	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・なす・豆腐・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・かぶペースト さつま芋ペースト・りんごペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松菜・かぶ・さつま芋・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・オレンジ				
15	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人参・白菜	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・チンゲン菜				



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
		16	金	かゆ 豆腐と野菜ののり煮 キャベツともやしのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・キャベツ・もやし・花ふ・味噌	たくたく鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・ヨーグルト	かゆ 豆腐と野菜ののり煮 キャベツサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・キャベツ・花ふ・味噌	たくたく鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・ヨーグルト	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・キャベツ
17	土	かゆ 鶏肉と白菜のたくたく煮 ほうれん草と人参のやわらか煮	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぶとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・かぶ・トマト・かぼちゃ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と白菜のたくたく煮 ほうれん草と人参のやわらか煮	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぶとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・かぶ・トマト・かぼちゃ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト ほうれん草・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・ほうれん草・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶ・トマトペースト かぼちゃペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・トマト・かぼちゃ・オレンジ
18	日	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 さつま芋ののり煮	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・片栗粉・れんこん・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 キャベツと人参のだし煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 さつま芋ののり煮	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・片栗粉・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 キャベツと人参のだし煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・さつま芋	かゆペースト 豆腐ペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・キャベツ・人参
19	月	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 きゅうりのサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 ほうれん草と大根のたくたく煮 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・ほうれん草・大根・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 きゅうりのサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 ほうれん草と大根のたくたく煮 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・ほうれん草・大根・出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト かぼちゃ・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・人参・りんご	かゆペースト トマトペースト ほうれん草・大根ペースト 玉ねぎペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・トマト・ほうれん草・大根・玉ねぎ・オレンジ
20	火	かゆ 助宗タラとかぶののり煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・片栗粉・人参・キャベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとかぶののり煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・片栗粉・人参・キャベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・花ふ・味噌	かゆペースト かぶペースト 人参・キャベツペースト	おかゆ・かぶ・人参・キャベツ	かゆペースト 白菜ペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・白菜・さつま芋・人参
21	水	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と小松菜のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・小松菜・人参・出し汁・なす・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 かぼちゃと人参の煮物 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・もやし・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と小松菜のコトコ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・小松菜・人参・出し汁・なす・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 かぼちゃと人参の煮物 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆペースト トマトペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト	おかゆ・トマト・豆腐・小松菜・人参	かゆペースト ブロッコリーペースト かぼちゃ・人参ペースト 玉ねぎペースト・バナナペースト	おかゆ・ブロッコリー・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・バナナ
22	木	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 じゃが芋と人参のほくほく煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・人参・ほうれん草・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 じゃが芋と人参のほくほく煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・人参・ほうれん草・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・人参・花ふ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト じゃが芋・人参ペースト ほうれん草ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・白菜・じゃが芋・人参・ほうれん草・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・かぶ・人参
23	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリーのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 豆腐と人参のコトコ煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・豆腐・人参・大根・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリーのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 豆腐と人参のコトコ煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・豆腐・人参・大根・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリーペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・人参・大根
24	土	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のたくたく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト煮 白菜のやわらか煮 スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・かぶ・カットマト・バック・水・精製塩・白菜・出し汁・人参・醤油・りんご	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のたくたく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト煮 白菜のやわらか煮 スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・かぶ・カットマト・バック・水・精製塩・白菜・出し汁・人参・醤油・りんご	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜ペースト 人参ペースト・りんごペースト	おかゆ・じゃが芋・かぶ・カットマト・バック・白菜・人参・りんご
25	日	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋とほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ほうれん草・れんこん・味噌	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋とほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ほうれん草	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・大根ペースト フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつま芋・ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつま芋・ほうれん草
26	月	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・かぶ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のたくたく煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト かぶペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・じゃが芋・かぶ	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ
27	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 白菜と大根ののり煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・白菜・大根・片栗粉・玉ねぎ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 白菜と大根ののり煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・白菜・大根・片栗粉・玉ねぎ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・ほうれん草・ワカメ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 白菜・大根ペースト みそ汁	おかゆ・人参・白菜・大根・玉ねぎ	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草
28	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜とかぶのサラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・かぶ・さつま芋・バナナ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・なす・豆腐・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜とかぶのサラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・かぶ・さつま芋・バナナ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・なす・豆腐・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜・かぶペースト さつま芋ペースト・バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・かぶ・さつま芋・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐・オレンジ
29	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	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・チンゲン菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人参・白菜	かゆペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・チンゲン菜