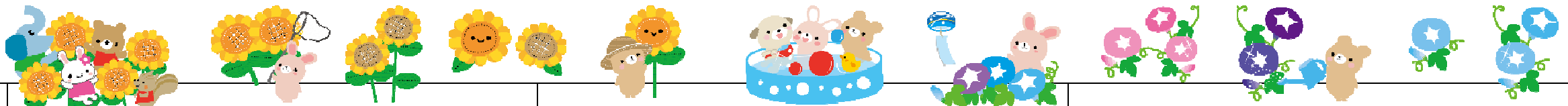


| 離乳食 | 曜日 | 後期(9~11ヶ月)  |   |  |  | 中期(7~8ヶ月)  |   |  |  | 初期(5~6ヶ月)  |                                       |  |                                  |
|-----|----|---|---|--|--|--|---|--|--|--|---------------------------------------|--|----------------------------------|
|     |    | 昼   | 使用食材一覧  | 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   | 月   | かゆ<br>助宗タラと人参のだし煮<br>小松菜のとりみ煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)        | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・小松菜・片栗粉・玉<br>ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ             | かゆ<br>鶏肉と白菜のくたくた煮<br>かぼちゃサラダ                           | おかゆ・鶏肉・白菜・人参・<br>出し汁・砂糖・醤油・かぼ<br>ちゃ                           | かゆ<br>助宗タラと人参のだし煮<br>小松菜のとりみ煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)        | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・小松菜・片栗粉・玉<br>ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ       | かゆ<br>鶏肉と白菜のくたくた煮<br>かぼちゃサラダ                             | おかゆ・鶏肉・白菜・人参・<br>出し汁・砂糖・醤油・かぼ<br>ちゃ   | かゆペースト<br>人参ペースト、小松菜ペースト<br>玉ねぎ・キャベツペースト<br>フルーツ(オレンジ) | おかゆ・人参・小松菜・玉<br>ねぎ・キャベツ・オレンジ     |
| 2   | 火  | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>チンゲン菜と人参の豆腐サラダ<br>みそ汁              | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・<br>出し汁・砂糖・醤油・チンゲ<br>ン菜・人参・豆腐・さつま芋・<br>花ふ・味噌    | かゆ<br>助宗タラのトマト煮<br>大根と人参のだし煮<br>みそ汁                    | おかゆ・スケソウタラ・トマト・<br>水・精製塩・大根・人参・出<br>し汁・ほうれん草・ワカメ・味<br>噌        | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>チンゲン菜と人参の豆腐サラダ<br>みそ汁             | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・<br>出し汁・砂糖・醤油・チンゲ<br>ン菜・人参・豆腐・さつま芋・<br>花ふ・味噌    | かゆ<br>助宗タラのトマト煮<br>大根と人参のだし煮<br>みそ汁                    | おかゆ・スケソウタラ・トマト・<br>水・精製塩・大根・人参・出<br>し汁・ほうれん草・ワカメ・味<br>噌  | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>チンゲン菜・人参・豆腐ペースト<br>さつま芋ペースト         | おかゆ・玉ねぎ・チンゲン<br>菜・人参・豆腐・さつま芋          | かゆペースト<br>トマトペースト<br>大根・人参ペースト<br>ほうれん草ペースト            | おかゆ・トマト・大根・人<br>参・ほうれん草          |
| 3   | 水  | かゆ<br>白糸タラと玉ねぎのだし煮<br>小松菜と人参のくたくた煮                      | おかゆ・シロイトタラ・玉ね<br>ぎ・出し汁・小松菜・人参                                 | かゆ<br>鶏肉と人参のやわらか煮<br>じゃが芋ときゅうりのサラダ                     | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・じゃ<br>が芋・きゅうり                     | かゆ<br>白糸タラと玉ねぎのだし煮<br>小松菜と人参のくたくた煮                     | おかゆ・シロイトタラ・玉ね<br>ぎ・出し汁・小松菜・人参                                 | かゆ<br>鶏肉と人参のやわらか煮<br>じゃが芋ときゅうりのサラダ                     | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・じゃ<br>が芋・きゅうり               | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>小松菜・人参ペースト                          | おかゆ・玉ねぎ・小松菜・<br>人参                    | かゆペースト<br>キャベツ・人参ペースト<br>じゃが芋ペースト                      | おかゆ・キャベツ・人参・<br>じゃが芋             |
| 4   | 木  | かゆ<br>鶏肉と夏野菜のほくほく煮<br>白菜サラダ<br>スープ・フルーツ(オレンジ)           | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉<br>ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白<br>菜・大根・人参・オレンジ               | かゆ<br>豆腐と野菜のどろろ煮<br>玉ねぎとチンゲン菜のだし煮<br>みそ汁               | おかゆ・豆腐・さつま芋・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・片<br>栗粉・玉ねぎ・チンゲン菜・<br>焼ふ・味噌       | かゆ<br>鶏肉と夏野菜のほくほく煮<br>白菜サラダ<br>スープ・フルーツ(オレンジ)          | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉<br>ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白<br>菜・大根・人参・オレンジ               | かゆ<br>豆腐と野菜のどろろ煮<br>玉ねぎとチンゲン菜のだし煮<br>みそ汁               | おかゆ・豆腐・さつま芋・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・片<br>栗粉・玉ねぎ・チンゲン菜・<br>焼ふ・味噌 | かゆペースト<br>かぼちゃ・玉ねぎペースト<br>白菜ペースト<br>大根・人参ペースト・フルーツ(オレンジ) | おかゆ・かぼちゃ・玉ね<br>ぎ・白菜・大根・人参・オレ<br>ンジ    | かゆペースト<br>豆腐・さつま芋・人参ペースト<br>玉ねぎ・チンゲン菜ペースト              | おかゆ・豆腐・さつま芋・<br>人参・玉ねぎ・チンゲン<br>菜 |
| 5   | 金  | かゆ<br>やわらか野菜そうめん<br>トマトサラダ<br>じゃが芋と人参のマッシュ<br>フルーツ(バナナ) | ソーメン・鶏肉・なす・玉ね<br>ぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマ<br>ト・じゃが芋・人参・バナナ              | かゆ<br>助宗タラと玉ねぎのみそ煮<br>小松菜と人参のだし煮<br>すまし汁・ヨーグルト         | おかゆ・スケソウタラ・玉ね<br>ぎ・出し汁・味噌・小松菜・人<br>参・もやし・ワカメ・醤油・ヨー<br>グルト・砂糖   | かゆ<br>助宗タラと玉ねぎのみそ煮<br>小松菜と人参のわかめ煮<br>ヨーグルト             | ソーメン・鶏肉・なす・玉ね<br>ぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマ<br>ト・じゃが芋・人参・バナナ              | かゆ<br>助宗タラと玉ねぎのみそ煮<br>小松菜と人参のわかめ煮<br>ヨーグルト             | おかゆ・スケソウタラ・玉ね<br>ぎ・出し汁・味噌・小松菜・人<br>参・ワカメ・ヨーグルト・砂糖        | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>トマトペースト<br>じゃが芋・人参ペースト・バナナペースト      | ソーメン・玉ねぎ・トマト・<br>じゃが芋・人参・バナナ          | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>小松菜・人参ペースト                        | おかゆ・玉ねぎ・小松菜・<br>人参               |
| 6   | 土  | かゆ<br>鶏肉とほうれん草のやわらか煮<br>玉ねぎのしらす煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)      | おかゆ・鶏肉・ほうれん草・<br>人参・出し汁・砂糖・醤油・<br>玉ねぎ・しらす干し・豆腐・<br>焼ふ・味噌・オレンジ | かゆ<br>鶏肉と野菜のくたくた煮<br>大根と人参のサラダ                         | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チン<br>ゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・<br>大根・人参                       | かゆ<br>鶏肉とほうれん草のやわらか煮<br>玉ねぎのしらす煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)     | おかゆ・鶏肉・ほうれん草・<br>人参・出し汁・砂糖・醤油・<br>玉ねぎ・しらす干し・豆腐・<br>焼ふ・味噌・オレンジ | かゆ<br>鶏肉と野菜のくたくた煮<br>大根と人参のサラダ                         | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チン<br>ゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・<br>大根・人参                 | かゆペースト<br>ほうれん草・人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)   | おかゆ・ほうれん草・人<br>参・玉ねぎ・豆腐・オレ<br>ンジ      | かゆペースト<br>玉ねぎ・チンゲン菜ペースト<br>大根・人参ペースト                   | おかゆ・玉ねぎ・チンゲン<br>菜・大根・人参          |
| 7   | 日  | かゆ<br>鶏肉とかぼちゃのみそ煮<br>人参のだし煮<br>すまし汁                     | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白<br>菜・出し汁・味噌・人参・玉<br>ねぎ・ワカメ・醤油                   | かゆ<br>助宗タラと人参のやわらか煮<br>玉ねぎのくたくた煮<br>みそ汁                | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・玉ねぎ・キャベツ・味<br>噌                          | かゆ<br>鶏肉とかぼちゃのみそ煮<br>人参のだし煮<br>すまし汁                    | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白<br>菜・出し汁・味噌・人参・玉<br>ねぎ・ワカメ・醤油                   | かゆ<br>助宗タラと人参のやわらか煮<br>玉ねぎのくたくた煮<br>みそ汁                | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・玉ねぎ・キャベツ・味<br>噌                    | かゆペースト<br>かぼちゃ・白菜ペースト<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト   | おかゆ・かぼちゃ・白菜・<br>人参・玉ねぎ                | かゆペースト<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト                | おかゆ・人参・玉ねぎ・<br>キャベツ              |
| 8   | 月  | かゆ<br>助宗タラと小松菜のだし煮<br>玉ねぎと人参のくたくた煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)    | おかゆ・スケソウタラ・小松<br>菜・出し汁・玉ねぎ・人参・大<br>根・豆腐・味噌・オレンジ               | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>人参の煮物<br>みそ汁                      | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・<br>玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・<br>人参・じゃが芋・花ふ・味噌               | かゆ<br>鶏肉と小松菜のだし煮<br>玉ねぎと人参のくたくた煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)     | おかゆ・スケソウタラ・小松<br>菜・出し汁・玉ねぎ・人参・大<br>根・豆腐・味噌・オレンジ               | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>人参の煮物<br>みそ汁                      | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・<br>玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・<br>人参・じゃが芋・花ふ・味噌         | かゆペースト<br>小松菜ペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>大根・豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)  | おかゆ・小松菜・玉ねぎ・<br>人参・大根・豆腐・オレ<br>ンジ     | かゆペースト<br>人参ペースト<br>じゃが芋ペースト                           | おかゆ・チンゲン菜・玉<br>ねぎ・人参・じゃが芋        |
| 9   | 火  | かゆ<br>鶏肉と野菜のくたくたうどん<br>人参のだし煮<br>さつま芋サラダ                | うどん・鶏肉・キャベツ・玉ね<br>ぎ・出し汁・砂糖・醤油・人<br>参・さつま芋                     | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎの豆乳煮<br>ほうれん草と人参のサラダ<br>スープ                | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆<br>乳・水・精製塩・ほうれん草・<br>人参・白菜・ワカメ・出し汁・<br>醤油         | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎの豆乳煮<br>ほうれん草と人参のサラダ<br>スープ                | うどん・鶏肉・キャベツ・玉ね<br>ぎ・出し汁・砂糖・醤油・人<br>参・さつま芋                     | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎの豆乳煮<br>ほうれん草と人参のサラダ<br>スープ                | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆<br>乳・水・精製塩・ほうれん草・<br>人参・白菜・ワカメ・出し汁・<br>醤油   | かゆペースト<br>キャベツ・玉ねぎペースト<br>人参ペースト<br>さつま芋ペースト             | うどん・キャベツ・玉ねぎ・<br>人参・さつま芋              | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>ほうれん草・人参ペースト<br>白菜ペースト            | おかゆ・玉ねぎ・ほうれん<br>草・人参・白菜          |
| 10  | 水  | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎのトマト煮<br>もやしサラダ<br>スープ                      | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カッ<br>トトマト・水・精製塩・も<br>やし・チンゲン菜・人参・出<br>し汁・醤油       | かゆ<br>助宗タラとかぼちゃのほくほく煮<br>小松菜と豆腐のコトコト煮<br>みそ汁・フルーツ(バナナ) | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カッ<br>トトマト・水・精製塩・チ<br>ンゲン菜・人参・出し汁・醬<br>油            | かゆ<br>助宗タラとかぼちゃのほくほく煮<br>小松菜と豆腐のコトコト煮<br>みそ汁・フルーツ(バナナ) | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カッ<br>トトマト・水・精製塩・チ<br>ンゲン菜・人参・出し汁・醬<br>油           | かゆ<br>助宗タラとかぼちゃのほくほく煮<br>小松菜と豆腐のコトコト煮<br>みそ汁・フルーツ(バナナ) | おかゆ・スケソウタラ・かぼ<br>ちゃ・出し汁・小松菜・人参・<br>豆腐・なす・味噌・バナナ          | かゆペースト<br>玉ねぎのトマトペースト<br>チンゲン菜・人参ペースト                    | おかゆ・玉ねぎ・カッ<br>トトマト・水・精製塩・チ<br>ンゲン菜・人参 | かゆペースト<br>かぼちゃペースト<br>小松菜ペースト<br>豆腐ペースト・バナナペースト        | おかゆ・かぼちゃ・小松<br>菜・人参・豆腐・バナナ       |
| 11  | 木  | かゆ<br>助宗タラとほうれん草のだし煮<br>白菜と人参のどろろ煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)    | おかゆ・スケソウタラ・ほうれ<br>ん草・出し汁・白菜・人参・<br>片栗粉・玉ねぎ・焼ふ・味<br>噌・オレンジ     | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>大根サラダ<br>みそ汁                      | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・大<br>根・さつま芋・味噌                     | かゆ<br>助宗タラとほうれん草のだし煮<br>白菜と人参のどろろ煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)   | おかゆ・スケソウタラ・ほうれ<br>ん草・出し汁・白菜・人参・<br>片栗粉・玉ねぎ・焼ふ・味<br>噌・オレンジ     | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>大根サラダ<br>みそ汁                      | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・大<br>根・さつま芋・味噌               | かゆペースト<br>ほうれん草ペースト<br>白菜・人参ペースト<br>玉ねぎペースト・フルーツ(オレンジ)   | おかゆ・ほうれん草・白<br>菜・人参・玉ねぎ・オレ<br>ンジ      | かゆペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>大根ペースト<br>さつま芋ペースト             | おかゆ・玉ねぎ・人参・大<br>根・さつま芋           |
| 12  | 金  | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎのやわらか煮<br>かぼちゃときゅうりのサラダ<br>みそ汁              | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・か<br>ぼちゃ・きゅうり・なす・味噌               | かゆ<br>豆腐と野菜のどろろ煮<br>チンゲン菜のしらす煮<br>みそ汁                  | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・片<br>栗粉・チンゲン菜・しらす干<br>し・もやし・ワカメ・味噌 | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎのやわらか煮<br>かぼちゃときゅうりのサラダ<br>みそ汁             | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・か<br>ぼちゃ・きゅうり・なす・味噌               | かゆ<br>豆腐とワカメのどろろ煮<br>チンゲン菜のしらす煮                        | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人<br>参・ワカメ・出し汁・砂糖・醬<br>油・片栗粉・チンゲン菜・し<br>らす干し  | かゆペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>かぼちゃペースト                         | おかゆ・玉ねぎ・人参・か<br>ぼちゃ                   | かゆペースト<br>豆腐・玉ねぎ・人参ペースト<br>チンゲン菜ペースト                   | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人<br>参・チンゲン菜          |
| 13  | 土  | かゆ<br>助宗タラとじゃが芋のみそ煮<br>大根と人参のだし煮<br>すまし汁・ヨーグルト          | おかゆ・スケソウタラ・じゃが<br>芋・出し汁・味噌・大根・人<br>参・ソーメン・醤油・ヨーグル<br>ト・砂糖     | かゆ<br>鶏肉と小松菜のくたくた煮<br>白菜と人参のサラダ<br>みそ汁                 | おかゆ・鶏肉・小松菜・出<br>し汁・砂糖・醤油・白菜・人<br>参・玉ねぎ・味噌                      | かゆ<br>助宗タラとじゃが芋のみそ煮<br>大根と人参のだし煮<br>すまし汁・ヨーグルト         | おかゆ・スケソウタラ・じゃが<br>芋・出し汁・味噌・大根・人<br>参・ソーメン・醤油・ヨーグル<br>ト・砂糖     | かゆ<br>鶏肉と小松菜のくたくた煮<br>白菜と人参のサラダ<br>みそ汁                 | おかゆ・鶏肉・小松菜・出<br>し汁・砂糖・醤油・白菜・人<br>参・玉ねぎ・味噌                | かゆペースト<br>じゃが芋ペースト<br>大根・人参ペースト                          | おかゆ・じゃが芋・大根・<br>人参                    | かゆペースト<br>小松菜ペースト<br>白菜・人参ペースト<br>玉ねぎペースト              | おかゆ・小松菜・白菜・人<br>参・玉ねぎ            |
| 14  | 日  | かゆ<br>豆腐とチンゲン菜のどろろ煮<br>玉ねぎのくたくた煮<br>みそ汁                 | おかゆ・豆腐・チンゲン菜・<br>人参・出し汁・砂糖・醤油・<br>片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・<br>ワカメ・味噌     | かゆ<br>白糸タラとなすのだし煮<br>きゅうりサラダ<br>みそ汁                    | おかゆ・シロイトタラ・なす・<br>人参・出し汁・きゅうり・ほう<br>れん草・花ふ・味噌                  | かゆ<br>豆腐とチンゲン菜のどろろ煮<br>玉ねぎのくたくた煮<br>みそ汁                | おかゆ・豆腐・チンゲン菜・<br>人参・出し汁・砂糖・醤油・<br>片栗粉・玉ねぎ・さつま芋・<br>ワカメ・味噌     | かゆ<br>白糸タラとなすのだし煮<br>きゅうりサラダ<br>みそ汁                    | おかゆ・シロイトタラ・なす・<br>人参・出し汁・きゅうり・ほう<br>れん草・花ふ・味噌            | かゆペースト<br>豆腐・チンゲン菜・人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>さつま芋ペースト         | おかゆ・豆腐・チンゲン<br>菜・人参・玉ねぎ・さつま<br>芋      | かゆペースト<br>人参ペースト<br>ほうれん草ペースト                          | おかゆ・人参・ほうれん草                     |
| 15  | 月  | かゆ<br>助宗タラと人参のだし煮<br>小松菜のとりみ煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)         | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・小松菜・片栗粉・玉<br>ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ            | かゆ<br>鶏肉と白菜のくたくた煮<br>かぼちゃサラダ                           | おかゆ・鶏肉・白菜・人参・<br>出し汁・砂糖・醤油・かぼ<br>ちゃ                            | かゆ<br>助宗タラと人参のだし煮<br>小松菜のとりみ煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)        | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・小松菜・片栗粉・玉<br>ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ            | かゆ<br>鶏肉と白菜のくたくた煮<br>かぼちゃサラダ                           | おかゆ・鶏肉・白菜・人参・<br>出し汁・砂糖・醤油・かぼ<br>ちゃ                      | かゆペースト<br>人参ペースト、小松菜ペースト<br>玉ねぎ・キャベツペースト<br>フルーツ(オレンジ)   | おかゆ・人参・小松菜・玉<br>ねぎ・キャベツ・オレンジ          | かゆペースト<br>白菜・人参ペースト<br>かぼちゃペースト                        | おかゆ・白菜・人参・かぼ<br>ちゃ               |



| 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  | 火   | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>チンゲン菜と人参の豆腐サラダ<br>みそ汁            | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・<br>出し汁・砂糖・醤油・チンゲン<br>菜・人参・豆腐・さつま芋・<br>花ふ・味噌     | かゆ<br>助宗タラのだし煮<br>大根と人参の煮物<br>みそ汁                       | おかゆ・スケソウタラ・ブロッ<br>コリー・出し汁・大根・人参・<br>ほうれん草・ワカメ・味噌              | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>チンゲン菜と人参の豆腐サラダ<br>みそ汁                | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・<br>出し汁・砂糖・醤油・チンゲン<br>菜・人参・豆腐・さつま芋・<br>花ふ・味噌 | かゆ<br>助宗タラのだし煮<br>大根と人参の煮物<br>みそ汁                      | おかゆ・スケソウタラ・ブロッ<br>コリー・出し汁・大根・人参・<br>ほうれん草・ワカメ・味噌 | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>チンゲン菜・人参・豆腐ペースト<br>さつま芋ペースト   | おかゆ・玉ねぎ・チンゲン<br>菜・人参・豆腐・さつま芋              | かゆペースト<br>ブロッコリーペースト<br>大根・人参ペースト<br>ほうれん草ペースト |
| 17  | 水  | かゆ<br>白糸タラと玉ねぎのだし煮<br>小松菜と人参のたくたく煮                    | おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ<br>・出し汁・小松菜・人参                                 | かゆ<br>鶏肉と人参のやわらか煮<br>じゃが芋ときゅうりのサラダ                    | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・じゃ<br>が芋・きゅうり                     | かゆ<br>白糸タラと玉ねぎのだし煮<br>小松菜と人参のたくたく煮                      | おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ<br>・出し汁・小松菜・人参                                 | かゆ<br>鶏肉と人参のやわらか煮<br>じゃが芋ときゅうりのサラダ                        | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・じゃ<br>が芋・きゅうり                 | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>小松菜・人参ペースト                        | おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人<br>参                               | かゆペースト<br>キャベツ・人参ペースト<br>じゃが芋ペースト                  | おかゆ・キャベツ・人参・じゃ<br>が芋                      |  |
| 18  | 木  | かゆ<br>鶏肉と夏野菜のほくほく煮<br>白菜サラダ                           | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉<br>ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白<br>菜・大根・人参・オレンジ               | かゆ<br>豆腐と野菜ののどろろ煮<br>玉ねぎとチンゲン菜のだし煮<br>みそ汁             | おかゆ・豆腐・さつま芋・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・片<br>栗粉・玉ねぎ・チンゲン菜・<br>焼ふ・味噌       | かゆ<br>鶏肉と夏野菜のほくほく煮<br>白菜サラダ                             | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉<br>ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白<br>菜・大根・人参・オレンジ               | かゆ<br>豆腐と野菜ののどろろ煮<br>玉ねぎとチンゲン菜のだし煮<br>みそ汁                 | おかゆ・豆腐・さつま芋・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・片<br>栗粉・玉ねぎ・チンゲン菜・<br>焼ふ・味噌   | かゆペースト<br>かぼちゃ・玉ねぎペースト<br>白菜ペースト                       | おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・<br>白菜・大根・人参・オレンジ                   | かゆペースト<br>豆腐・さつま芋・人参ペースト<br>玉ねぎ・チンゲン菜ペースト          | おかゆ・豆腐・さつま芋・人<br>参・玉ねぎ・チンゲン菜              |  |
| 19  | 金  | やわらか野菜うどん<br>きゅうりサラダ<br>すまし汁<br>フルーツ(バナナ)             | うどん・鶏肉・玉ねぎ・キャベ<br>ツ・人参・出し汁・砂糖・醬油<br>・きゅうり・なす・じゃが芋・<br>バナナ     | かゆ<br>助宗タラと玉ねぎのみそ煮<br>小松菜と人参のだし煮<br>すまし汁・ヨーグルト        | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ<br>・出し汁・味噌・小松菜・人<br>参・もやし・ワカメ・醤油・ヨー<br>グルト・砂糖   | やわらか野菜うどん<br>きゅうりサラダ<br>すまし汁<br>フルーツ(バナナ)               | うどん・鶏肉・玉ねぎ・キャベ<br>ツ・人参・出し汁・砂糖・醬油<br>・きゅうり・なす・じゃが芋・<br>バナナ     | かゆ<br>助宗タラと玉ねぎのみそ煮<br>小松菜と人参のわかめ煮<br>ヨーグルト                | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ<br>・出し汁・味噌・小松菜・人<br>参・ワカメ・ヨーグルト・砂糖          | うどんペースト<br>玉ねぎ・キャベツ・人参ペースト<br>じゃが芋ペースト<br>バナナペースト      | うどん・玉ねぎ・キャベツ・人<br>参・じゃが芋・バナナ                     | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>小松菜・人参ペースト                    | おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人<br>参                        |  |
| 20  | 土  | かゆ<br>鶏肉とほうれん草のやわらか煮<br>玉ねぎのしらす煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)    | おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・玉<br>ねぎ・しらす干し・豆腐・<br>焼ふ・味噌・オレンジ | かゆ<br>鶏肉と野菜のたくたく煮<br>大根と人参のサラダ                        | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チン<br>ゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・<br>大根・人参                       | かゆ<br>鶏肉とほうれん草のやわらか煮<br>玉ねぎのしらす煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)      | おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・玉<br>ねぎ・しらす干し・豆腐・<br>焼ふ・味噌・オレンジ | かゆペースト<br>ほうれん草・人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)    | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チン<br>ゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・<br>大根・人参                   | かゆペースト<br>ほうれん草・人参ペースト<br>玉ねぎペースト                      | おかゆ・ほうれん草・人参・<br>玉ねぎ・豆腐・オレンジ                     | かゆペースト<br>玉ねぎ・チンゲン菜ペースト<br>大根・人参ペースト               | おかゆ・玉ねぎ・チンゲン<br>菜・大根・人参                   |  |
| 21  | 日  | かゆ<br>鶏肉とかぼちゃのみそ煮<br>人参のだし煮<br>すまし汁                   | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白<br>菜・出し汁・味噌・人参・玉<br>ねぎ・ワカメ・醤油                   | かゆ<br>助宗タラと人参のやわらか煮<br>玉ねぎのたくたく煮<br>みそ汁               | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・玉ねぎ・キャベツ・味<br>噌                          | かゆ<br>鶏肉とかぼちゃのみそ煮<br>人参のだし煮<br>すまし汁                     | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白<br>菜・出し汁・味噌・人参・玉<br>ねぎ・ワカメ・醤油                   | かゆペースト<br>かぼちゃ・白菜ペースト<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト    | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・玉ねぎ・キャベツ・味<br>噌                      | かゆペースト<br>かぼちゃ・白菜ペースト<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト             | おかゆ・かぼちゃ・白菜・人<br>参・玉ねぎ                           | かゆペースト<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト            | おかゆ・人参・玉ねぎ・キャ<br>ベツ                       |  |
| 22  | 月  | かゆ<br>助宗タラと小松菜のだし煮<br>玉ねぎと人参のたくたく煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)  | おかゆ・スケソウタラ・小松<br>菜・出し汁・玉ねぎ・人参・大<br>根・豆腐・味噌・オレンジ               | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>人参の煮物<br>みそ汁                     | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・<br>玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・<br>人参・じゃが芋・花ふ・味噌               | かゆペースト<br>小松菜ペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>大根・豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ) | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・<br>玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・<br>人参・じゃが芋・花ふ・味噌              | かゆペースト<br>小松菜ペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト                           | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・玉ねぎ・キャベツ・味<br>噌                      | かゆペースト<br>かぼちゃ・白菜ペースト<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト             | おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人<br>参・大根・豆腐・オレンジ                    | かゆペースト<br>チンゲン菜・玉ねぎペースト<br>人参ペースト<br>じゃが芋ペースト      | おかゆ・チンゲン菜・玉ね<br>ぎ・人参・じゃが芋                 |  |
| 23  | 火  | かゆ<br>鶏肉と野菜のたくたくうどん<br>人参のだし煮<br>さつま芋サラダ              | うどん・鶏肉・キャベツ・玉ね<br>ぎ・出し汁・砂糖・醤油・人<br>参・さつま芋                     | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎの豆乳煮<br>ほうれん草と人参のサラダ<br>スープ               | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆<br>乳・水・精製塩・ほうれん草・<br>人参・白菜・ワカメ・出し汁・<br>醤油         | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>ほうれん草・人参ペースト<br>白菜ペースト             | うどん・鶏肉・キャベツ・玉ね<br>ぎ・出し汁・砂糖・醤油・人<br>参・さつま芋                     | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>ほうれん草と人参のサラダ<br>スープ                  | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆<br>乳・水・精製塩・ほうれん草・<br>人参・白菜・ワカメ・出し汁・<br>醤油     | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>ほうれん草・人参ペースト<br>さつま芋ペースト          | うどん・キャベツ・玉ねぎ・人<br>参・さつま芋                         | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>ほうれん草・人参ペースト<br>白菜ペースト        | おかゆ・玉ねぎ・ほうれん<br>草・人参・白菜                   |  |
| 24  | 水  | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎのトマト煮<br>もやしサラダ<br>スープ                    | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カット<br>トマトパック・水・精製塩・も<br>やし・チンゲン菜・人参・出し<br>汁・醤油    | かゆ<br>助宗タラとかぼちゃのほくほく煮<br>小松菜と豆腐のコトコ煮<br>みそ汁・フルーツ(バナナ) | おかゆ・スケソウタラ・かぼ<br>ちゃ・出し汁・小松菜・人参・<br>豆腐・なす・味噌・バナナ                | かゆペースト<br>玉ねぎのトマト煮ペースト<br>チンゲン菜・人参ペースト                  | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カット<br>トマトパック・水・精製塩・チ<br>ンゲン菜・人参・出し汁・醬<br>油        | かゆペースト<br>助宗タラとかぼちゃのほくほく煮<br>小松菜と豆腐のコトコ煮<br>みそ汁・フルーツ(バナナ) | おかゆ・スケソウタラ・かぼ<br>ちゃ・出し汁・小松菜・人参・<br>豆腐・なす・味噌・バナナ            | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>チンゲン菜・人参ペースト                      | おかゆ・玉ねぎ・カットマ<br>タック・チンゲン菜・人参                     | かゆペースト<br>かぼちゃペースト<br>小松菜・人参ペースト<br>豆腐ペースト・バナナペースト | おかゆ・かぼちゃ・小松菜・<br>人参・豆腐・バナナ                |  |
| 25  | 木  | かゆ<br>助宗タラとほうれん草のだし煮<br>白菜と人参ののどろろ煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ) | おかゆ・スケソウタラ・ほうれ<br>ん草・出し汁・白菜・人参・<br>片栗粉・玉ねぎ・焼ふ・味<br>噌・オレンジ     | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>大根サラダ<br>みそ汁                     | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・大<br>根・さつま芋・味噌                     | かゆペースト<br>ほうれん草ペースト<br>白菜・人参ペースト<br>玉ねぎペースト・フルーツ(オレンジ)  | おかゆ・スケソウタラ・ほうれ<br>ん草・出し汁・白菜・人参・<br>片栗粉・玉ねぎ・焼ふ・味<br>噌・オレンジ     | かゆペースト<br>ほうれん草ペースト<br>白菜ペースト<br>みそ汁                      | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・大<br>根・さつま芋・味噌                 | かゆペースト<br>ほうれん草ペースト<br>白菜ペースト<br>玉ねぎペースト               | おかゆ・ほうれん草・白菜・<br>人参・玉ねぎ・オレンジ                     | かゆペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>大根ペースト<br>さつま芋ペースト         | おかゆ・玉ねぎ・人参・大<br>根・さつま芋                    |  |
| 26  | 金  | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎのやわらか煮<br>かぼちゃときゅうりのサラダ<br>みそ汁            | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・か<br>ぼちゃ・きゅうり・なす・味噌               | かゆ<br>豆腐と野菜ののどろろ煮<br>チンゲン菜のしらす煮<br>みそ汁                | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・片<br>栗粉・チンゲン菜・しらす干<br>し・もやし・ワカメ・味噌 | かゆペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>かぼちゃペースト                        | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・か<br>ぼちゃ・きゅうり・なす・味噌               | かゆペースト<br>豆腐とワカメののどろろ煮<br>チンゲン菜のしらす煮                      | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人<br>参・ワカメ・出し汁・砂糖・醬<br>油・片栗粉・チンゲン菜・し<br>らす干し    | かゆペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>かぼちゃペースト                       | おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼ<br>ちゃ                              | かゆペースト<br>豆腐・玉ねぎ・人参ペースト<br>チンゲン菜ペースト               | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人<br>参・チンゲン菜                   |  |
| 27  | 土  | かゆ<br>助宗タラとじゃが芋のみそ煮<br>大根と人参のだし煮<br>すまし汁・ヨーグルト        | おかゆ・スケソウタラ・じゃが<br>芋・出し汁・味噌・大根・人<br>参・ソーメン・醤油・ヨーグル<br>ト・砂糖     | かゆ<br>鶏肉と小松菜のたくたく煮<br>白菜と人参のサラダ<br>みそ汁                | おかゆ・鶏肉・小松菜・出し<br>汁・砂糖・醤油・白菜・人参・<br>玉ねぎ・味噌                      | かゆペースト<br>じゃが芋ペースト<br>大根・人参ペースト                         | おかゆ・スケソウタラ・じゃが<br>芋・出し汁・味噌・大根・人<br>参・ソーメン・醤油・ヨーグル<br>ト・砂糖     | かゆペースト<br>鶏肉と小松菜のたくたく煮<br>白菜と人参のサラダ<br>みそ汁                | おかゆ・スケソウタラ・じゃが<br>芋・出し汁・味噌・大根・人<br>参・ソーメン・醤油・ヨーグル<br>ト・砂糖  | かゆペースト<br>じゃが芋ペースト<br>白菜と人参のサラダ<br>みそ汁                 | おかゆ・鶏肉・小松菜・出し<br>汁・砂糖・醤油・白菜・人参・<br>玉ねぎ・味噌        | おかゆ・じゃが芋・大根・人<br>参                                 | かゆペースト<br>小松菜ペースト<br>白菜・人参ペースト<br>玉ねぎペースト | おかゆ・小松菜・白菜・人<br>参・玉ねぎ                          |
| 28  | 日  | かゆ<br>豆腐とチンゲン菜ののどろろ煮<br>玉ねぎのたくたく煮<br>みそ汁              | おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・片<br>栗粉・玉ねぎ・さつま芋・<br>ワカメ・味噌     | かゆ<br>白糸タラとなすのだし煮<br>きゅうりサラダ<br>みそ汁                   | おかゆ・シロイトタラ・なす・<br>人参・出し汁・きゅうり・ほう<br>れん草・花ふ・味噌                  | かゆペースト<br>豆腐・チンゲン菜・人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>さつま芋ペースト        | おかゆ・豆腐・チンゲン菜・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・片<br>栗粉・玉ねぎ・さつま芋・<br>ワカメ・味噌     | かゆペースト<br>白糸タラとなすのだし煮<br>きゅうりサラダ<br>みそ汁                   | おかゆ・シロイトタラ・なす・<br>人参・出し汁・きゅうり・ほう<br>れん草・花ふ・味噌              | かゆペースト<br>豆腐・チンゲン菜・人参ペースト<br>玉ねぎペースト                   | おかゆ・豆腐・チンゲン菜・<br>人参・玉ねぎ・さつま芋                     | かゆペースト<br>人参ペースト<br>ほうれん草ペースト                      | おかゆ・人参・ほうれん草                              |  |
| 29  | 月  | かゆ<br>助宗タラと人参のだし煮<br>小松菜ののどろろ煮<br>みそ汁・フルーツ(オレンジ)      | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・小松菜・片栗粉・玉<br>ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ            | かゆ<br>鶏肉と白菜のたくたく煮<br>かぼちゃサラダ                          | おかゆ・鶏肉・白菜・人参・<br>出し汁・砂糖・醤油・かぼ<br>ちゃ                            | かゆペースト<br>人参ペースト・小松菜ペースト<br>玉ねぎ・キャベツペースト<br>フルーツ(オレンジ)  | おかゆ・スケソウタラ・人参・<br>出し汁・小松菜・片栗粉・玉<br>ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ            | かゆペースト<br>鶏肉と白菜のたくたく煮<br>かぼちゃサラダ                          | おかゆ・鶏肉・白菜・人参・<br>出し汁・砂糖・醤油・かぼ<br>ちゃ                        | かゆペースト<br>人参ペースト・小松菜ペースト<br>玉ねぎ・キャベツペースト<br>フルーツ(オレンジ) | おかゆ・人参・小松菜・玉ね<br>ぎ・キャベツ・オレンジ                     | かゆペースト<br>白菜・人参ペースト<br>かぼちゃペースト                    | おかゆ・白菜・人参・かぼ<br>ちゃ                        |  |
| 30  | 火  | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>チンゲン菜と人参の豆腐サラダ<br>みそ汁            | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・<br>出し汁・砂糖・醤油・チンゲン<br>菜・人参・豆腐・さつま芋・<br>花ふ・味噌    | かゆ<br>助宗タラのトマト煮<br>大根と人参のだし煮<br>みそ汁                   | おかゆ・スケソウタラ・トマト・<br>水・精製塩・大根・人参・出<br>し汁・ほうれん草・ワカメ・味<br>噌        | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>チンゲン菜・人参・豆腐ペースト<br>さつま芋ペースト        | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・<br>出し汁・砂糖・醤油・チンゲン<br>菜・人参・豆腐・さつま芋・<br>花ふ・味噌    | かゆペースト<br>助宗タラのトマト煮<br>大根と人参のだし煮<br>みそ汁                   | おかゆ・スケソウタラ・トマト・<br>水・精製塩・大根・人参・出<br>し汁・ほうれん草・ワカメ・味<br>噌    | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>チンゲン菜・人参・豆腐ペースト<br>さつま芋ペースト       | おかゆ・玉ねぎ・チンゲン<br>菜・人参・豆腐・さつま芋                     | かゆペースト<br>トマトペースト<br>大根・人参ペースト<br>ほうれん草ペースト        | おかゆ・トマト・大根・人参・<br>ほうれん草                   |  |
| 31  | 水  | かゆ<br>白糸タラと玉ねぎのだし煮<br>小松菜と人参のたくたく煮<br>フルーツ(バナナ)       | おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ<br>・出し汁・小松菜・人参・バ<br>ナナ                         | かゆ<br>鶏肉と人参のやわらか煮<br>じゃが芋ときゅうりのサラダ                    | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・じゃ<br>が芋・きゅうり                     | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>小松菜・人参ペースト<br>バナナペースト              | かゆ<br>鶏肉と人参のやわらか煮<br>じゃが芋ときゅうりのサラダ                            | おかゆ・シロイトタラ・玉ね<br>ぎ・出し汁・小松菜・人参・バ<br>ナナ                     | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人<br>参・出し汁・砂糖・醤油・じゃ<br>が芋・きゅうり                 | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>小松菜・人参ペースト<br>バナナペースト             | おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人<br>参・バナナ                           | かゆペースト<br>キャベツ・人参ペースト<br>じゃが芋ペースト                  | おかゆ・キャベツ・人参・じゃ<br>が芋                      |  |

