



離乳食	後期(9~11ヶ月)				中期(7~8ヶ月)				初期(5~6ヶ月)				離乳食	後期(9~11ヶ月)				中期(7~8ヶ月)				初期(5~6ヶ月)																																																																																					
	曜日	昼		使用食材一覧		昼		使用食材一覧		昼		使用食材一覧		曜日	昼		使用食材一覧		昼		使用食材一覧		昼		使用食材一覧																																																																																		
		メニュー	食材	メニュー	食材	メニュー	食材	メニュー	食材	メニュー	食材	メニュー			食材	メニュー	食材	メニュー	食材	メニュー	食材	メニュー	食材	メニュー	食材	メニュー	食材																																																																																
1	火	やわらか野菜そうめん さつまいものマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・ 出し汁・砂糖・醤油・さつまい	やわらか野菜そうめん さつまいものマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・ 出し汁・砂糖・醤油・さつまい	そうめんペースト 人参ペースト さつまいペースト	ソーメン・人参・さつまい	16	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くたくた煮 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くたくた煮 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	かゆペースト 玉ねぎペースト さつまいペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん 草・人参・梨	17	木	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人 参・出し汁・味噌・じゃが芋・ 小松菜・醤油	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人 参・出し汁・味噌・じゃが芋・ 小松菜・醤油	かゆペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・キャベツ・人参・じゃ が芋・小松菜	18	金	かゆ 鶏肉と野菜のだし煮 チンゲン菜と人参のとりみ煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ アスパラ・出し汁・チンゲ ン菜・人参・片栗粉・れんこ ん・味噌	かゆペースト 人参がゆペースト キャベツ・玉ねぎペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・人参・キャベツ・ 玉ねぎ・じゃが芋・小松 菜・オレンジ	19	土	かゆ 鶏肉と野菜のだし煮 チンゲン菜と人参のとりみ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・人参・大根・ 味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン 菜・人参・バナナ	20	日	かゆ 豆腐と白菜のコトコ煮 トマトサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出 し汁・砂糖・醤油・トマト・玉ね ぎ・ワカメ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト チンゲン菜・豆腐ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ね ぎ・人参・大根・インゲン 菜・豆腐	21	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベ ツ・出し汁・砂糖・醤油・大 根・人参・小松菜・焼ふ・味噌	かゆペースト 豆腐・白菜・人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・白菜・人 参・トマト・玉ねぎ	22	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベ ツ・出し汁・砂糖・醤油・大 根・人参・小松菜・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベ ツ・大根・人参・小松菜	23	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・ブロッコリー・出し 汁・砂糖・醤油・きゅうり・人 参・豆腐・キャベツ・玉ねぎ・ オレンジ	24	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 豆腐と白菜のコトコ煮 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・じゃが 芋・白菜・人参	25	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 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・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	26	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 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・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	27	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 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・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	28	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 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・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	29	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 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・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	30	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 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・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	31	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整	かゆペースト 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・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ じゃが芋・有機豆乳無調整