

離乳食	曜日			離乳食	曜日		
		昼	使用食材一覧			昼	使用食材一覧
1	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・バナナ	16	日		
2	日			17	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・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・さつまいも・焼ふ・味噌
3	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・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・さつまいも・焼ふ・味噌	18	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく 玉ねぎとなすのみそ煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・玉ねぎ・なす・味噌・人参・醤油
4	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく 玉ねぎとなすのみそ煮 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・玉ねぎ・なす・味噌・人参・醤油・オレンジ	19	水	かゆ 鶏肉ともやしのトマト煮 白菜サラダ みそにゅうめん	おかゆ・鶏肉・トマト・もやし・水・精製塩・白菜・かぼちゃ・ソーメン・出し汁・味噌
5	水	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 みそにゅうめん フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・白菜・もやし・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ソーメン・味噌・バナナ	20	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・豆腐・人参・出し汁・上白糖・醤油
6	木	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・豆腐・キャベツ・人参・出し汁・味噌・片栗粉・玉ねぎ・醤油	21	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
7	金	人参かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりと大根のトマトサラダ スープ	おかゆ・人参・鶏肉・じゃが芋・きゅうり・大根・トマト・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・上白糖・醤油	22	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・バナナ
8	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (みかん)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・みかん	23	日		
9	日			24	月	人参かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりと大根のトマトサラダ スープ	おかゆ・人参・鶏肉・じゃが芋・きゅうり・大根・トマト・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・上白糖・醤油
10	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根ときゅうりのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・大根・きゅうり・白菜・ワカメ・出し汁・上白糖・醤油	25	火	鶏肉と人参のワカメそうめん じゃが芋のマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋
11	火	鶏肉と人参のワカメそうめん じゃが芋のマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋	26	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 ポテトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・大根・カットワカメ・出し汁・上白糖・醤油
12	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのとりみ煮 小松菜となすの煮物 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・小松菜・なす・人参・味噌	27	木	人参かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁 ヨーグルト	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・焼ふ・醤油・ヨーグルト・砂糖
13	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・焼ふ・醤油	28	金	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 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・ほうれん草・人参・かぶ・味噌
14	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 ポテトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・大根・カットワカメ・出し汁・上白糖・醤油	29	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・バナナ
15	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (みかん)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・みかん	30	日		
				31	月	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・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・さつまいも・焼ふ・味噌

食べていない食材、調味料等を確認していただき、お家で事前に食べてきてくださいね♪