

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	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・チンゲン菜・オレンジ	16	水	かゆ 助宗タラのトマト煮 さつま芋のとりみ煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・さつまいも・人参・出し汁・片栗粉・なす・ワカメ・味噌・バナナ
2	水	かゆ 助宗タラのトマト煮 さつま芋のとりみ煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・さつまいも・人参・出し汁・片栗粉・なす・ワカメ・味噌・バナナ	17	木	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・花ふ・味噌
3	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	18	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 さつま芋のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・さつまいも・キャベツ・醤油
4	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 さつま芋のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・さつまいも・キャベツ・醤油	19	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
5	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	20	日		
6	日			21	月		
7	月	鶏肉と野菜のとろとろみそうどん ほうれん草と人参のだし煮 すまし汁	うどん・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・片栗粉・ほうれん草・人参・じゃが芋・醤油	22	火		
8	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・豆腐・味噌	23	水		
9	水	かゆ 助宗タラとキャベツのみそ煮 じゃが芋のとりみ煮 すまし汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・人参・出し汁・味噌・じゃが芋・片栗粉・玉ねぎ・醤油・バナナ	24	木	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜
10	木	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	25	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
11	金	かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 じゃが芋のトマト煮 チンゲン菜と人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・豆腐・出し汁・味噌・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参	26	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
12	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	27	日		
13	日			28	月	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 なすと人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・豆乳・水・精製塩・なす・人参・出し汁・大根・醤油
14	月	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 なすと人参のやわらか煮 スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・豆乳・水・精製塩・なす・人参・出し汁・大根・醤油	29	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・チンゲン菜・オレンジ
15	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・チンゲン菜・オレンジ	30	水	かゆ 助宗タラのトマト煮 さつま芋のとりみ煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・さつまいも・人参・出し汁・片栗粉・なす・ワカメ・味噌・バナナ

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♪