

2020年度 6月 離乳食食材表

戸塚愛児園

日付	初期(5~6ヶ月頃・ごっくん期)	中期(7~8ヶ月頃・もぐもぐ期)	後期(9~11ヶ月頃・かみかみ期)	完了期(12~18ヶ月頃・ばくばく期)
16火	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 トマト/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 かれい/トマト/たまねぎ/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/にんじん/しょうゆ チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/きな粉/育児用ミルク	米 かれい/トマト/たまねぎ/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり/にんじん/しょうゆ チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖 さつまいも はくさい/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 さば/片栗粉/油/ケチャップ/しょうゆ/砂糖/水 きゅうり/にんじん/塩こんぶ チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/きな粉/砂糖
17水	ゆでうどん/昆布だし汁 凍り豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/もやし/チンゲンサイ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/きゅうり/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/しらす干し/カットわかめ/食塩	ゆでうどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/もやし/チンゲンサイ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/きゅうり/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/しらす干し/カットわかめ/食塩 かぶ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/豚ばら肉/えび/たけのこ水煮/もやし/チンゲンサイ/ねぎ/なると/ごま油/中華あじ/しょうゆ/食塩/片栗粉/うずら卵水煮 かぼちゃ/きゅうり/大豆水煮/マヨネーズ バナナ 米/しらす干し/カットわかめ/食塩
18木	米 焼ふ/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁	米 鶏ささみ/だいこん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/にんじん/粉チーズ/食塩 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/りんご/育児用ミルク	米 鶏もも肉/だいこん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/にんじん/粉チーズ/食塩 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 小麦粉/水/育児用ミルク/砂糖/りんご/ベーキングパウダー/ ブロッコリー クリームコーン/たまねぎ/育児用ミルク/食塩/昆布だし汁	米 鶏もも肉/片栗粉/油/なす/かつお・昆布だし汁/だいこん/しょうゆ/みりん/葉ねぎ/片栗粉 キャベツ/にんじん/しょうゆ 焼ふ/油揚げ/米みそ/かつおだし汁 小麦粉/水/育児用ミルク/砂糖/りんご/ベーキングパウダー
19金	米 たい/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁	米 たい/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/にんじん/昆布だし汁 絹ごし豆腐/ほうれんそう/米みそ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	米 たい/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/昆布だし汁 絹ごし豆腐/ほうれんそう/米みそ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ じゃがいも/食塩 しめじ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	米 さけ/食塩 ごぼう/にんじん/ながいも/ごま油/砂糖/しょうゆ/酢/みりん/ごま 絹ごし豆腐/えのきたけ/ねぎ/米みそ/煮干し だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ
20土	米 凍り豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 たまねぎ/カットわかめ/米みそ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 たまねぎ/カットわかめ/米みそ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/豚ひき肉/たまねぎ/ねぎ/にんじん/はるさめ/油/しょうゆ/砂糖/中華あじ/ごま油/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/油/酢/しょうゆ/砂糖 たまねぎ/カットわかめ/米みそ/かつおだし汁 米/さつまいも
22月	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 はくさい/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/はくさい/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 さつまいも/こまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ゆでうどん/だいこん/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり	米 絹ごし豆腐/はくさい/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 さつまいも/こまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ゆでうどん/だいこん/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり	米 ピーマン/赤ピーマン/豚肩ロース肉/こまつな/たけのこ水煮/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/酒/ごま油/食塩/中華あじ/米みそ さつまいも/油/食塩 卵/たまねぎ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁/片栗粉 ゆでうどん/だいこん/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁
23火	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/昆布だし汁 かぶ/昆布だし汁	米 かれい/りんご/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/にんじん/食塩 かぶ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/バター/育児用ミルク/昆布だし汁/片栗粉	米 さけ/りんご/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/にんじん/食塩 かぶ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/砂糖/バター/育児用ミルク ヨーグルト(無糖)/砂糖 にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 きす/食塩/こしょう/小麦粉/水/パン粉/パセリ キャベツ/にんじん/食塩 しめじ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 かぼちゃ/砂糖/バター/育児用ミルク
24水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/絹ごし豆腐/たまねぎ/水/凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/にんじん/昆布だし汁 はくさい/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/バナナ/育児用ミルク	米 鶏ひき肉/絹ごし豆腐/たまねぎ/水/凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/にんじん/昆布だし汁 はくさい/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/バナナ さつまいも キャベツ/いんげん/しょうゆ/昆布だし汁	米 豚ひき肉/絹ごし豆腐/たまねぎ/食塩/こしょう/豆乳/凍り豆腐/油/中濃ソース/しょうゆ/砂糖 だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/マヨネーズ はくさい/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/バナナ
25木	食パン/育児用ミルク かれい/昆布だし汁/片栗粉 じゃがいも/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	食パン/育児用ミルク かれい/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/にんじん カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ	食パン かれい/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/にんじん カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	パンズパン 豚肩ロース肉/ベーコン/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/だいたいず水煮/ケチャップ/トマトピューレ/砂糖/カレー粉/食塩/油 きゅうり/にんじん カットわかめ/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 オレンジ 米/にんじん/しょうゆ
26金	米 焼ふ/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/粉チーズ/昆布だし汁/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/きな粉	米 鶏もも肉/ピザ用チーズ かぼちゃ/昆布だし汁 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/きな粉/砂糖 なす/しょうゆ/昆布だし汁 しめじ/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/食塩/酒/しょうゆ/油/片栗粉/レモン/砂糖/バター/しょうゆ/片栗粉/水 ひじき/油揚げ/にんじん/しめじ/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁/油 キャベツ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/きな粉/砂糖
27土	米 凍り豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 ブロッコリー チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/だいこん/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	米/鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 ブロッコリー/かつお節/しょうゆ チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/だいこん/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	米/豚肩ロース肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/カレールウ/油 ブロッコリー/かつお節/しょうゆ チンゲンサイ/たまねぎ/食塩/しょうゆ/コンソメ/かつおだし汁 米/だいこん/にんじん/たまねぎ/しょうゆ
29月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁	米 かれい/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/にんじん/カットわかめ/しょうゆ ほうれんそう/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/かぼちゃ/育児用ミルク	米 かれい/米みそ/昆布だし汁 きゅうり/にんじん/カットわかめ/しょうゆ ほうれんそう/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/かぼちゃ バナナ はるさめ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米/挽きわり納豆/しょうゆ さわら/米みそ/しょうゆ/酒/みりん/砂糖 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ごま しめじ/えのきたけ/にんじん/かまぼこ/万能 ねぎ/かつおだし汁/しょうゆ/みりん/食塩 食パン/かぼちゃ
30火	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 鶏ささみ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/きゅうり/にんじん/食塩 じゃがいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/粉チーズ/昆布だし汁/片栗粉	米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/きゅうり/にんじん/食塩 じゃがいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/粉チーズ キャベツ 絹ごし豆腐/いんげん/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/片栗粉/油/ねぎ/砂糖/酢/酒/しょうゆ/みりん/ごま油/りんご/しょうゆ/水/ごま だいこん/きゅうり/にんじん/ハム/酢/砂糖/ しょうゆ/ごま油 じゃがいも/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/粉チーズ