

2020年度 3月 離乳食食材表 戸塚愛児園

日付	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)
01月	米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 さといも/にんじん/きゅうり/すりごま/しょうゆ だいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 キャベツ なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚ロース肉/片栗粉/油/しょうゆ/砂糖/みりん/しょうが/片栗粉 さといも/にんじん/きゅうり/すりごま/しょうゆ/砂糖/マヨネーズ だいこん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁
02火	米 たら/小麦粉/水/パン粉/粉チーズ/あおのり/油 さつまいも/昆布だし汁 はくさい/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/たまねぎ/にんじん/食塩 ブロッコリー はるさめ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 たら/食塩/小麦粉/水/パン粉/粉チーズ/パセリ/油 にんじん/ごぼう/さつま揚げ/砂糖/しょうゆ/ごま はくさい/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 じゃがいも/たまねぎ/にんじん/食塩
03水	米/にんじん/しめじ/しょうゆ 鶏もも肉/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 キャベツ/きゅうり/グリーンアスパラガス/食塩 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 小麦粉/水/育児用ミルク/砂糖/いちご/ベーキングパウダー にんじん カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米/酢/砂糖/食塩/にんじん/油揚げ/しめじ/かんぴょう(乾)/しょうゆ/砂糖/卵/片栗粉/水/砂糖/食塩/さやえんどう/焼きのり/さくらでんぶ 鶏もも肉/しょうゆ/酒/しょうが/小麦粉/油 キャベツ/きゅうり/グリーンアスパラガス/油/酢/砂糖/食塩 焼ふ/みつば/ねぎ/しょうゆ/食塩/みりん/かつおだし汁 小麦粉/水/育児用ミルク/砂糖/いちご/ベーキングパウダー
04木	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/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 えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁 食パン/かぼちゃ/育児用ミルク ほうれんそう かぶ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 木綿豆腐/たまねぎ/にんじん/ひじき/いんげん/凍り豆腐/片栗粉/しょうゆ/みりん/砂糖/食塩/片栗粉 だいこん/にんじん/ちくわ/砂糖/しょうゆ エリンギ/えのきたけ/しめじ/米みそ/煮干だし汁 食パン/かぼちゃ/育児用ミルク
05金		食パン 鶏もも肉/しょうが/水/トマトピューレ/米酢/コンソメ/砂糖/しょうゆ/中濃ソース/ケチャップ にんじん/きゅうり/チーズ/油/酢/砂糖/食塩 にんじん/たまねぎ/チンゲンサイ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 米/ひじき/油/油揚げ/にんじん/砂糖/しょうゆ 米/さつまいも
06土		米/豚ロース肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/カレールウ/油 いんげん/もやし/にんじん/油/酢/しょうゆ/砂糖/ごま油 絹ごし豆腐/ねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 米/さつまいも
08月	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁 キャベツ/たまねぎ/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ゆでうどん/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 りんご じゃがいも	米 さば/しょうゆ/砂糖/しょうが キャベツ/たまねぎ/にんじん/ピーマン/コンソメ/食塩/こしょう/油 なす/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 ゆでうどん/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁
09火		米 木綿豆腐/たけのこ水蒸し/にんじん/ねぎ/しめじ/しょうが/豚ひき肉/ごま油/米みそ/しょうゆ/砂糖/酒/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/ツナ/油/酢/砂糖/食塩 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 りんご 食パン/マーガリン/砂糖/すりごま
10水	米 鶏もも肉/小麦粉/水/パン粉/油/食塩/昆布だし汁/片栗粉 はくさい/きゅうり/にんじん/しょうゆ しめじ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/小麦粉/ベーキングパウダー/育児用ミルク/水/砂糖 だいこん こまつな/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/食塩/小麦粉/水/パン粉/油 はくさい/きゅうり/にんじん/塩こんぶ なめこ/だいこん/万能ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 さつまいも/小麦粉/ベーキングパウダー/育児用ミルク/水/砂糖
11木	ゆでうどん/豚ひき肉/たまねぎ/キャベツ/にんじん/もやし/しょうゆ かぼちゃ/きゅうり/食塩 たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 米/しょうゆ/チーズ/かつお節 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 キャベツ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏もも肉/ピーマン/たまねぎ/キャベツ/にんじん/もやし/油/水/コンソメ/食塩/カレー粉 かぼちゃ/きゅうり/干しぶどう/マヨネーズ/食塩 にら/卵/にんじん/たまねぎ/中華あじ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁/片栗粉 米/しょうゆ/チーズ/かつお節
12金		米 しゅうまいの皮/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/食塩/しょうゆ/片栗粉/中華あじ はるさめ/きゅうり/にんじん/酢/しょうゆ/砂糖/ごま油 チンゲンサイ/えのきたけ/たまねぎ/食塩/しょうゆ/コンソメ/かつおだし汁 マカロニ/きな粉/砂糖/食塩
13土		食パン/ツナ/きゅうり/マヨネーズ ウインナー/じゃがいも/たまねぎ/キャベツ/にんじん/水/コンソメ バナナ 米/あおのり/食塩
15月	米 鶏もも肉/ピザ用チーズ キャベツ/にんじん/あおのり/しょうゆ 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/クリームコーン/育児用ミルク ブロッコリー いんげん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/食塩/ピザ用チーズ キャベツ/にんじん/ごま/あおのり/しょうゆ 油揚げ/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 食パン/クリームコーン/育児用ミルク

日付	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 豚ひき肉/絹ごし豆腐/たまねぎ/水/凍り豆腐/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/かつお節 かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/食塩/あおのり きゅうり たまねぎ/にんじん/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/ケチャップ/中濃ソース/砂糖 なばな/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/かつお節 かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 じゃがいも/食塩/あおのり
17水	コッペパン 豚ロース肉/トマト/たまねぎ/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁 ス/パゲティ/きゅうり/キャベツ/にんじん/食塩 もやし/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/きな粉/砂糖 かぶ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	コッペパン 豚ロース肉/ベーコン/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/だいたい水蒸し/ケチャップ/トマトピューレ/砂糖/カレー粉/食塩/油 ス/パゲティ/ハム/きゅうり/キャベツ/にんじん/食塩/マヨネーズ もやし/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 米/きな粉/砂糖
18木	米 絹ごし豆腐/キャベツ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩 はくさい しめじ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	米 豚ロース肉/にんじん/キャベツ/ピーマン/エリンギ/油/米みそ/酒/砂糖/しょうゆ かぼちゃ/マーガリン/食塩 カットわかめ/コーン/万能ねぎ/中華あじ/食塩/かつおだし汁 はっさく じゃがいも/バター/食塩
19金		米 さけ/片栗粉/油/かつお・昆布だし汁/だいこん/葉ねぎ/しょうゆ/みりん/砂糖/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/挽きわり納豆/しょうゆ さつまいも(皮付)/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/塩こんぶ
22月	米 豚ひき肉/たまねぎ/凍り豆腐/片栗粉/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/にんじん/きゅうり/食塩 たまねぎ/絹ごし豆腐/さといも/にんじん/いんげん/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク なす/しょうゆ/昆布だし汁 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚ひき肉/たまねぎ/凍り豆腐/食塩/片栗粉/しょうゆ/砂糖/みりん/しょうが/片栗粉/水 だいこん/にんじん/きゅうり/酢/砂糖/食塩/ゆず果汁/昆布だし汁 ねぎ/絹ごし豆腐/さといも/にんじん/いんげん/米みそ/煮干だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク なす/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク
23火		米 鶏もも肉/しょうゆ/しょうが/酒 キャベツ/にんじん/食塩 じゃがいも/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 干しとうもろ/絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁
24水	米 かれい/りんご/昆布だし汁/片栗粉 こまつな/にんじん/かつお節/しょうゆ 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/ピザ用チーズ かぼちゃ/昆布だし汁 はるさめ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 さわら/片栗粉/油/ケチャップ/しょうゆ/砂糖/水 こまつな/にんじん/かつお節/しょうゆ ねぎ/焼ふ/みりん/米みそ/煮干だし汁 食パン/ピザ用チーズ
25木	米 絹ごし豆腐/豚ひき肉/しめじ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/食塩 さつまいも/昆布だし汁 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 凍り豆腐/しめじ/にんじん/たまねぎ/卵/糸みつば/かつお・昆布だし汁/みりん/しょうゆ/酒 さつまいも(皮付)/砂糖 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁
26金		ゆでうどん/豚ロース肉/はくさい/にんじん/たまねぎ/ねぎ/しめじ/かまぼこ/しょうゆ/砂糖/みりん/食塩/かつお・昆布だし汁 じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/食塩 きよみ 米/鶏もも肉/にんじん/たまねぎ/赤ピーマン/ケチャップ/コンソメ/食塩
27土		米/豚ロース肉/酒/食塩/にんじん/ピーマン/たまねぎ/米みそ/砂糖/しょうゆ/油 にんじん/干しぶどう/チーズ/油/酢/砂糖/食塩 キャベツ/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 米/ツナ/マヨネーズ/食塩
29月	米 鶏もも肉/育児用ミルク/バター/食塩/片栗粉 こまつな/にんじん/すりごま/しょうゆ かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ゆでうどん/カットわかめ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 バナナ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/片栗粉/油/たまねぎ/砂糖/しょうゆ/酢/油/水 こまつな/にんじん/ごま/しょうゆ/砂糖 かぼちゃ/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 ゆでうどん/カットわかめ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 バナナ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁
30火		米 にんじん/たまねぎ/万能ねぎ/むきえび/小麦粉/水/油/食塩 ごぼう/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/みりん/コーン/マヨネーズ/ごま えのきたけ/ほうれんそう/米みそ/かつおだし汁 食パン/きな粉/砂糖
31水	米 鶏もも肉/米みそ/昆布だし汁 おから/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/粉チーズ ほうれんそう 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚ロース肉/米みそ/みりん/砂糖/酒 おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/しょうゆ/砂糖 かまぼこ/たまねぎ/にんじん/卵/しょうゆ/食塩/昆布だし汁/片栗粉 さつまいも/粉チーズ