

2021年度 10月 離乳食食材表

戸塚愛児園

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)
01金	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 こまつな/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 たら/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 凍り豆腐/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 こまつな/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩/昆布だし汁/片栗粉	米 さけ/米みそ/昆布だし汁 凍り豆腐/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 こまつな/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩 はくさい いんげん/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 さば/米みそ/みりん/砂糖 がんもどき/にんじん/みりん/砂糖/しょうゆ/ かつおだし汁 こまつな/たまねぎ/しょうゆ/食塩/かつおだ し汁 じゃがいも/バター/食塩
02土	米 焼ふ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/ 食塩 にんじん/きゅうり/だいこん/食塩 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/ 食塩 にんじん/きゅうり/だいこん/食塩 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米/ツナ/たまねぎ/ねぎ/にんじん/ごま油/ しょうゆ/食塩 にんじん/きゅうり/だいこん/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/かぼちゃ
04月	米 凍り豆腐/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁	米 鶏ささみ/クリームコーン/育児用ミルク/食塩/ 片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 だいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/いんげん/にんじん/たまねぎ/トマ トピューレ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/クリームコーン/育児用ミルク/食塩/ かぼちゃ/昆布だし汁 だいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/いんげん/にんじん/たまねぎ/トマ トピューレ/しょうゆ/昆布だし汁 りんご ブロッコリー	米 鶏もも肉/食塩/上新粉/水/コーンフレーク/ 油 かぼちゃ/砂糖/かつおだし汁 だいこん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 マカロニ/いんげん/にんじん/たまねぎ/トマ トピューレ/しょうゆ/昆布だし汁
05火	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 かぶ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆 布だし汁/片栗粉 かぶ/きゅうり/食塩 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁/片栗粉	米 絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆 布だし汁/片栗粉 かぶ/きゅうり/食塩 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも 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 納豆/にんじん/たまねぎ/ピーマン/水/小麦 粉/油/しょうゆ/みりん かぶ/かぶ・葉/きゅうり/塩こんぶ なめこ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 さつまいも
06水	食パン/育児用ミルク 焼ふ/昆布だし汁 トマト/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/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 ブロッコリー/にんじん/食塩 じゃがいも/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/食塩	食パン 鶏もも肉/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 ブロッコリー/にんじん/食塩 じゃがいも/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	パンズパン 豚ひき肉/たまねぎ/えのきたけ/凍り豆腐/豆乳/ 中華あじ/砂糖/ケチャップ/中濃ソース/しょうゆ/ 片栗粉 ブロッコリー/にんじん/コーン/油/酢/砂糖/食塩 じゃがいも/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 米/あおのり/食塩
07木	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 はくさい/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 たら/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 はくさい/きゅうり/食塩 焼ふ/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 たら/米みそ/昆布だし汁 はくさい/きゅうり/食塩 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/かぼちゃ ヨーグルト(無糖)/砂糖 いんげん/えのきたけ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さわら/米みそ/しょうが/酒/みりん/砂糖 はくさい/きゅうり/食塩/酢/砂糖 焼ふ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だ し汁 なし 食パン/かぼちゃ
08金	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	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 さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布 だし汁	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 さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だ し汁 キャベツ じゃがいも	米 木綿豆腐/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/万能ねぎ/ 米みそ/砂糖/みりん/片栗粉 さつまいも(皮付)/きゅうり/干しぶどう/マヨネーズ なす/たまねぎ/カットわかめ/ねぎ/米みそ/煮干だ し汁 米/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁
09土	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 かぶ/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/昆 布だし汁 かぶ/きゅうり/にんじん/食塩 かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ	米 鶏ひき肉/たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/昆 布だし汁 かぶ/きゅうり/にんじん/食塩 かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ	米 豚肩ロース肉/油/たまねぎ/ねぎ/焼き豆腐/ 砂糖/しょうゆ/かつおだし汁 かぶ/かぶ・葉/きゅうり/にんじん/食塩 かぼちゃ/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/にんじん/しょうゆ
11月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 おから/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/たまねぎ/さといも/米み そ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター/昆布だし汁/ 片栗粉	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 おから/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/たまねぎ/さといも/米み そ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター きゅうり クリームコーン/たまねぎ/育児用ミルク/食塩	米 かれい/食塩 おから/にんじん/しめじ/油揚げ/しょうゆ/砂 糖/ごま油/酒/みりん/昆布だし汁 豚肩ロース肉/ごぼう/だいこん/にんじん/ね ぎ/さといも/米みそ/煮干だし汁 バナナ さつまいも/育児用ミルク/バター
12火	米 焼ふ/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ト マトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/小麦粉 キャベツ/にんじん/食塩 キャベツ/にんじん/食塩 はるさめ/たまねぎ/チンゲンサイ/しょうゆ/ 昆布だし汁 米/粉チーズ/いんげん/たまねぎ/にんじん/ 食塩/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/トマ トピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/小麦粉 キャベツ/にんじん/食塩 はるさめ/たまねぎ/チンゲンサイ/しょうゆ/昆布だ し汁 米/粉チーズ/いんげん/たまねぎ/にんじん/食塩/ 昆布だし汁 ブロッコリー 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	米/豚肩ロース肉/じゃがいも/たまねぎ/にん じん/油/ハヤシルウ キャベツ/コーン/にんじん/マヨネーズ/酢/ 砂糖 はるさめ/たまねぎ/チンゲンサイ/コンソメ/ しょうゆ/かつおだし汁 米/粉チーズ/いんげん/たまねぎ/にんじん/ 食塩/昆布だし汁
13水	米 凍り豆腐/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁 はくさい/昆布だし汁	米 鶏ささみ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/しょうゆ 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 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁/すりごま 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/しょうゆ はくさい/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/バナナ かぼちゃ/昆布だし汁 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/みりん/酒/油/ごま 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/かにか まぼこ/しょうゆ/砂糖 はくさい/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/バナナ
14木	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/食 塩/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/昆布だし汁 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩/昆布だし汁/片栗 粉	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/食 塩/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/昆布だし汁 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩 ほうれんそう かぶ/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 木綿豆腐/鶏ひき肉/むきえび/にんじん/ひ き/しらす干し/凍り豆腐/食塩/酒/しょうゆ/ 片栗粉/油 ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま もやし/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩
15金	ゆでうどん/昆布だし汁 焼ふ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏ささみ/キャベツ/にんじん/た まねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ	ゆでうどん/鶏ささみ/キャベツ/にんじん/た まねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ はくさい しめじ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	マカロニ/えのきたけ/しめじ/たまねぎ/ピー マン/黄ピーマン/ベーコン/油/バター/し ょうゆ/食塩/刻みのみ さつまいも(皮付)/マーガリン/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/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ