

2021年度 11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月	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 こまつな/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/いんげん/ しょうゆ/食塩 だいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 こまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/きな粉/昆布だし汁/片栗粉	米 絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/いんげん/ しょうゆ/食塩 だいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 こまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/きな粉 きゅうり もやし/たまねぎ/米みそ/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/食塩/片栗粉/しょうゆ/みりん/ 砂糖/片栗粉/水 もやし/きゅうり/食塩 こまつな/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 かぼちゃ/きな粉
02火	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 はくさい/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 はくさい/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマト ピューレ/しょうゆ	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 はくさい/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマト ピューレ/しょうゆ クリームコーン/たまねぎ/育児用ミルク/食塩	米 さば/しょうゆ/砂糖/しょうが/水 はくさい/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 バナナ マカロニ/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマト ピューレ/しょうゆ
04木	米 焼ふ/昆布だし汁 かぶ/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 かぶ/にんじん/きゅうり/食塩 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/育児用ミルク/粉チーズ	米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 かぶ/にんじん/きゅうり/食塩 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 トマト/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/しょうが/酒 かぶ/にんじん/きゅうり/油/酢/砂糖/食塩 焼ふ/油揚げ/米みそ/かつおだし汁 食パン/ピザ用チーズ
05金	ゆでうどん/昆布だし汁 凍り豆腐/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/はくさい/にんじん/たま ねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きゅうり/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/カットわかめ/食塩	ゆでうどん/鶏ささみ/はくさい/にんじん/たま ねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きゅうり/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/カットわかめ/食塩 にんじん だいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏むね肉/はくさい/にんじん/たま ねぎ/ねぎ/しめじ/かまぼこ/かつお・昆布 だし汁/しょうゆ/みりん/片栗粉/中華あじ さつまいも(皮付)/きゅうり/干しぶどう/マヨ ネーズ 卵/たまねぎ/中華あじ/食塩/しょうゆ/かつお だし汁/片栗粉 米/カットわかめ/食塩
06土	米 絹ごし豆腐/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/はるさめ/しょう ゆ キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/ しょうゆ キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米/豚ひき肉/たまねぎ/ねぎ/にんじん/はる さめ/ごま油/しょうゆ/砂糖/中華あじ/しょう が キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ 木綿豆腐/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だ し汁 米/かぼちゃ
08月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/昆布だし汁 こまつな/昆布だし汁	米 かれい/粉チーズ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/にんじん/しょうゆ こまつな/さといも/にんじん/たまねぎ/米み そ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/昆布だし汁/片栗粉	米 さけ/ピザ用チーズ だいこん/にんじん/しょうゆ こまつな/さといも/にんじん/たまねぎ/米み そ/昆布だし汁 さつまいも かぶ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁	米 さけ/食塩/酒 だいこん/にんじん/食塩/酢/砂糖 こまつな/さといも/にんじん/たまねぎ/米み そ/かつお・昆布だし汁 さつまいも
09火	米 凍り豆腐/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/にんじん/たまねぎ/しょう ゆ/昆布だし汁 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ	米 鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/しょう ゆ/昆布だし汁 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ ブロッコリー さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	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 もやし/きゅうり/にんじん/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/にんじん/しょうゆ
10水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/米 みそ/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 かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 干しとうもろ/はくさい/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/たまねぎ/にんじん/米みそ/ 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 かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 干しとうもろ/はくさい/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/あおりのり/食塩	米 木綿豆腐/たけのこ水煮/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 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 かぼちゃ/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 干しとうもろ/はくさい/にんじん/たまねぎ/しょうゆ /昆布だし汁
11木	食パン/育児用ミルク 焼ふ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁 かぶ/昆布だし汁	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 /片栗粉 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ かぶ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	食パン 鶏もも肉/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ かぶ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ なす/しょうゆ/昆布だし汁 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	コッペパン 鶏もも肉/しょうゆ/酒/マーマレード はるさめ/にんじん/きゅうり/酢/砂糖/しょう ゆ/ごま油 かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょ うゆ/かつおだし汁 かき 米/ひじき/にんじん/しょうゆ
12金	米 たら/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 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 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/食塩/昆布だ し汁 食パン/バナナ/育児用ミルク	米 たら/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 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/食塩/昆布だ し汁 食パン/バナナ ヨーグルト(無糖)/砂糖 さつまいも/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さば/米みそ/みりん/水/小麦粉/パン粉/あ おりのり/油 ひじき/にんじん/しめじ/油/砂糖/みりん/しょ うゆ/かつおだし汁 ねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/食塩/かつお・昆 布だし汁 食パン/バナナ
13土	米 凍り豆腐/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマトピュー レ/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 かぼちゃ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/だいこん/たまねぎ/にんじん/しょうゆ	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマトピュー レ/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 かぼちゃ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/だいこん/たまねぎ/にんじん/しょうゆ	米/鶏もも肉/たまねぎ/にんじん/ピーマン/ 油/コンソメ/食塩/こしょう/ケチャップ ブロッコリー/にんじん/コーン/油/酢/砂糖/ 食塩 かぼちゃ/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだ し汁 米/だいこん/たまねぎ/にんじん/しょうゆ
15月	米 焼ふ/昆布だし汁 かぶ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 鶏ささみ/かぶ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/ 昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/あおりのり/食塩	米 鶏ささみ/かぶ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/ 昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/あおりのり/食塩 にんじん はくさい/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/たまねぎ/にんじん/ねぎ/卵/かつ おだし汁/しょうゆ/みりん きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ごま さつまいも(皮付)/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/あおりのり/食塩