

2022年度 7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 絹ごし豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ/食塩 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/きな粉/育児用ミルク	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ/食塩 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖 にんじん こまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 木綿豆腐/豚ばら肉/たけのこ水煮/にんじん/たま ねぎ/にら/ゴーヤ/ごま油/しょうゆ/食塩/中華あじ /カレー粉 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ごま もやし/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖
02土	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 にんじん/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 じゃがいも/にんじん/食塩 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/鶏ひき肉/たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ /昆布だし汁 じゃがいも/にんじん/食塩 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/さつまいも	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 じゃがいも/にんじん/食塩 キャベツ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/さつまいも
04月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁	米 かれい/しょうゆ/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 だいこん/かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布 だし汁 米/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 凍り豆腐/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布 だし汁 米/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ ブロッコリー さつまいも	米 あじ/食塩 おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/しょう ゆ/砂糖 だいこん/かぼちゃ/ねぎ/米みそ/かつお・昆 布だし汁 米/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ
05火	米 凍り豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 とうがんにんじん/しょうゆ/昆布だし汁 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク	米 鶏もも肉/米みそ/昆布だし汁/すりごま とうがんにんじん/しょうゆ/昆布だし汁 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉 ほうれんそう えのきたけ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/米みそ/しょうゆ/みりん/砂糖/ごま とうがんにんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだ し汁 えのきたけ/カットわかめ/しょうゆ/食塩/か つお・昆布だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉
06水	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 はくさい/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁/あおのり/片栗粉 はくさい/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 じゃがいも/バター/食塩/昆布だし汁/片栗粉	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁/あおのり はくさい/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 じゃがいも/バター/食塩 キャベツ もやし/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 さば/しょうが/酒/片栗粉/油/水/しょうゆ/砂 糖/みりん/水/片栗粉 はくさい/きゅうり/にんじん/食塩 油揚げ/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 じゃがいも/バター/食塩
07木	ゆでうどん/昆布だし汁 焼ふ/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/ キャベツ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きゅうり/食塩 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 米/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/ キャベツ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きゅうり/食塩 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 すいか 米/カットわかめ/食塩 なす/しょうゆ/昆布だし汁 チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/豚肩ロース肉/たまねぎ/にんじ ん/キャベツ/もやし/ピーマン/油/中濃ソー ス/しょうゆ/あおのり/食塩 さつまいも(皮付)/きゅうり/マヨネーズ 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 すいか 米/カットわかめ/食塩
08金	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 にんじん/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/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ	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/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ 食パン かぼちゃ/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 トマト/きゅうり/たまねぎ/パセリ/酢/レモン/ 砂糖/油/食塩 絹ごし豆腐/ねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし 汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ 食パン
09土	米 焼ふ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 かぶ/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ/片栗 粉 いんげん/にんじん/しょうゆ かぶ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ	米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ いんげん/にんじん/かつお節/しょうゆ かぶ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ	米/豚肩ロース肉/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 いんげん/にんじん/コーン/かつお節/しょう ゆ かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/しょうゆ/食塩/か つおだし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
11月	米 凍り豆腐/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米 鶏ささみ/だいこん/しょうゆ/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 なす/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	米 鶏もも肉/だいこん/しょうゆ/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 なす/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 こまつな はるさめ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/酒/マーメレード 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 なす/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
12火	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 たまねぎ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 たら/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし 汁/片栗粉 もやし/きゅうり/食塩 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 たら/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし 汁/片栗粉 もやし/きゅうり/食塩 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも だいこん チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 めかじき/片栗粉/油/黄ピーマン/にんじん/ たまねぎ/油/酢/しょうゆ/砂糖/みりん/水/ 片栗粉/水 もやし/きゅうり/塩こんぶ ねぎ/焼ふ/みりん/米みそ/煮干だし汁 さつまいも
13水	食パン/育児用ミルク 焼ふ/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/りんご/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/食塩 かぼちゃ/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/りんご/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/食塩 かぼちゃ/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 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 いんげん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ハイジバン 鶏もも肉/酒/しょうゆ/片栗粉/レモン果汁/ 砂糖/食塩/油/水/片栗粉 ほうれんそう/コーン/にんじん/かにかまぼこ /マヨネーズ かぼちゃ/たまねぎ/コンソメ/しょうゆ/食塩/ かつおだし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ
14木	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 はくさい/昆布だし汁	米 かれい/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だ し汁 はくさい/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 干しそうめん/絹ごし豆腐/にんじん/たまね ぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 かれい/米みそ/昆布だし汁 切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 はくさい/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 干しそうめん/絹ごし豆腐/にんじん/たまね ぎ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり じゃがいも/昆布だし汁	米 さわら/米みそ/みりん/砂糖 切り干しだいこん/油揚げ/にんじん/しょうゆ /砂糖/みりん はくさい/たまねぎ/食塩/しょうゆ/かつおだ し汁 干しそうめん/絹ごし豆腐/にんじん/たまね ぎ/しょうゆ/昆布だし汁
15金	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 なす/絹ごし豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/米み そ/しょうゆ/片栗粉 さつまいも/昆布だし汁 はるさめ/チンゲンサイ/にんじん/しょうゆ/ 昆布だし汁 食パン/りんご/育児用ミルク	米 なす/絹ごし豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/米みそ/し ょうゆ/片栗粉 さつまいも/昆布だし汁 はるさめ/チンゲンサイ/にんじん/しょうゆ/昆布だ し汁 食パン/りんご/片栗粉 キャベツ しめじ/えのきたけ/しょうゆ/昆布だし汁	米 なす/木綿豆腐/豚ひき肉/しょうが/ねぎ/ご ま油/酒/米みそ/しょうゆ/砂糖/片栗粉 さつまいも(皮付)/砂糖 はるさめ/チンゲンサイ/にんじん/コンソメ/ しょうゆ/かつおだし汁 食パン/りんご/片栗粉

2022年度 7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)
16土	米 凍り豆腐/昆布だし汁 にんじん/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 カットわかめ/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/トマトピューレ/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	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/ツナ/マヨネーズ 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 米/かぼちゃ
19火	米 焼ふ/昆布だし汁 かぶ/昆布だし汁 キャベツ/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 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 だいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/ピザ用チーズ/昆布だし汁/片栗粉	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 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 だいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/ピザ用チーズ ほうれんそう カットわかめ/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/刻みのり キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 だいこん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 じゃがいも/ピザ用チーズ
20水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 こまつな/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米 鶏ささみ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 こまつな/にんじん/しょうゆ 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター/食塩	米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 こまつな/にんじん/しょうゆ 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター/食塩 はくさい バナナ	米 鶏もも肉/しょうゆ/しょうが/酒 こまつな/にんじん/ごま/しょうゆ/砂糖 木綿豆腐/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター/食塩
21木	ゆでうどん/昆布だし汁 凍り豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 なす/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	ゆでうどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 なす/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/たまねぎ/しょうゆ かぶ/しょうゆ/昆布だし汁 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	マカロニ/ツナ/たまねぎ/マッシュルーム水煮/赤ピーマン/黄ピーマン/油/酒/しょうゆ/砂糖 じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/食塩 カットわかめ/コーン/万能ねぎ/中華あじ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 米/にんじん/たまねぎ/しょうゆ
22金	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米 たら/クリームコーン/育児用ミルク/食塩/片栗粉 だいこん/にんじん/昆布だし汁 とうがん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/ピザ用チーズ	米 たら/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 だいこん/にんじん/昆布だし汁 とうがん/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 いんげん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 きす/酒/食塩/水/小麦粉/あおのり/油 ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま とうがん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/ピザ用チーズ
23土	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/片栗粉 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/食塩 にんじん/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/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/しょうゆ/片栗粉 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/食塩 にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ	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 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/油/酢/砂糖/食塩 にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 米/にんじん/しょうゆ
25月	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 たまねぎ/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 オクラ/にんじん/しょうゆ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/きな粉/昆布だし汁/片栗粉	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 オクラ/にんじん/しょうゆ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/きな粉 ヨーグルト(無糖)/砂糖 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 木綿豆腐/かつおだし汁/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 オクラ/にんじん/かつお節/しょうゆ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 さつまいも/きな粉
26火	米 凍り豆腐/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米/にんじん/ひじき/しょうゆ 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 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/たい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ	米/にんじん/ひじき/しょうゆ 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 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/たい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ バナナ じゃがいも	米/酢/砂糖/にんじん/豚ひき肉/砂糖/しょうゆ 鶏もも肉/しょうが/片栗粉/油/砂糖/しょうゆ/ケチャップ/中濃ソース/ごま/水 きゅうり/コーン/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/たい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ
27水	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁	米 かれい/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 じゃがいも/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/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/きゅうり/食塩 じゃがいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖 ブロッコリー しめじ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 かれい/しょうが/しょうゆ/砂糖 だいこん/にんじん/きゅうり/食塩/ごま/酢/砂糖 なめこ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖
28木	ゆでうどん/昆布だし汁 焼ふ/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁 かぶ/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/にんじん かぶ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 米/こまつな/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	ゆでうどん/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/にんじん かぶ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 米/こまつな/にんじん/たまねぎ/しょうゆ きゅうり 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	ゆでうどん/豚肩ロース肉/にんじん/たまねぎ/ねぎ/カレールウ/油/しょうゆ/片栗粉 かぼちゃ/にんじん/食塩 バナナ 米/こまつな/にんじん/たまねぎ/しょうゆ
29金	食パン/育児用ミルク 凍り豆腐/昆布だし汁 にんじん/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/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/なす/トマトピューレ/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 もやし/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/しらす干し/にんじん/しょうゆ	食パン 鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/なす/トマトピューレ/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 もやし/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/しらす干し/にんじん/しょうゆ 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ハイジパン 豚肩ロース肉/ベーコン/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/ズッキーニ/黄ピーマン/なす/カットトマト缶/トマトピューレ/ケチャップ/砂糖/コンソメ/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 もやし/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 米/しらす干し/にんじん/しょうゆ
30土	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 かぶ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 かぶ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米 絹ごし豆腐/豚ひき肉/ねぎ/しょうが/ごま油/しょうゆ/米みそ/砂糖/酒/片栗粉 キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/かぼちゃ