

2022年度 9月 離乳食食材表 戸塚愛児園

日付	中期(7～8ヶ月頃)	後期(9～11ヶ月頃)	完了期(12～18ヶ月頃)
01木	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 かぼちゃ/いんげん/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/しらす干し/あおのり/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 かぼちゃ/いんげん/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/しらす干し/あおのり/しょうゆ にんじん はくさい/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ハイジパン 豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/凍り豆腐/豆乳 /中華あじ/片栗粉/砂糖/ケチャップ/中濃 ソース/しょうゆ/水/片栗粉 かぼちゃ/いんげん/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/しらす干し/あおのり/しょうゆ
02金	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 かぶ/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 干しそうめん/こまつな/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ/昆布だし汁	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁/すりごま かぶ/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 干しそうめん/こまつな/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ/昆布だし汁 なす/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも	米 さわら/しょうゆ/みりん/酒/油/ごま かぶ/きゅうり/かぶ・葉/酢/砂糖 なめこ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 干しそうめん/こまつな/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ/昆布だし汁
03土	米 鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/しょう ゆ かぼちゃ/にんじん/食塩 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/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 かぼちゃ/にんじん/食塩 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/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/ごま油/しょうゆ/砂糖/中華あじ/しょう が かぼちゃ/にんじん/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/さつまいも
05月	米 絹ごし豆腐/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/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/バター/食塩/昆布だし汁/片栗粉	米 絹ごし豆腐/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/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/バター/食塩 りんご いんげん/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/かつおだし汁/豚ひき肉/油/たま ねぎ/にんじん/にら/エリンギ/しょうゆ/みり ん/砂糖/コンソメ/水/片栗粉 さつまいも/レモン/砂糖 はくさい/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 じゃがいも/バター/食塩
06火	米 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 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 とうがん/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 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 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 とうがん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖 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/片栗粉/油/ケチャップ/しょうゆ/砂 糖/水 キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ とうがん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/きな粉/砂糖
07水	米 かれい/育児用ミルク/バター/食塩/片栗粉 だいこん/きゅうり/食塩 こまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	米 さけ/育児用ミルク/バター/食塩/片栗粉 だいこん/きゅうり/食塩 こまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/たまねぎ/しょうゆ ブロッコリー しめじ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 さけ/食塩/小麦粉/バター だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/マヨネーズ/ 食塩 しめじ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/にんじん/たまねぎ/しょうゆ
08木	米 鶏ささみ/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 オクラ/にんじん/しょうゆ 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 鶏もも肉/米みそ/昆布だし汁 オクラ/にんじん/しょうゆ/すりごま 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも かぶ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚肩ロース肉/米みそ/みりん/砂糖/酒 オクラ/にんじん/砂糖/しょうゆ/ごま 焼ふ/万能ねぎ/しょうゆ/食塩/かつお・昆布 だし汁 さつまいも
09金	マカロニ/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/トマト ピューレ/しょうゆ かぼちゃ/昆布だし汁 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/食塩	マカロニ/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/トマト ピューレ/しょうゆ かぼちゃ/昆布だし汁 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/食塩 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	マカロニ/豚ひき肉/たまねぎ/ピーマン/油/カ レールウ/ケチャップ 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 米/あおのり/食塩
10土	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/食 塩 さつまいも/きゅうり/食塩 ほうれんそう/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/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/食 塩 さつまいも/きゅうり/食塩 ほうれんそう/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/ねぎ/ピーマン/にんじん/豚ひき肉/油/ しょうゆ/中華あじ/食塩 さつまいも(皮付)/きゅうり/マヨネーズ ほうれんそう/たまねぎ/しょうゆ/コンソメ/食 塩/かつおだし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
12月	米 なす/絹ごし豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/米みそ/ しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/きな粉/昆布だし汁/片栗粉	米/なす/絹ごし豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/米 みそ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/きな粉 トマト ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/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 はるさめ/にんじん/きゅうり/酢/砂糖/しょう ゆ/ごま油 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 かぼちゃ/きな粉
13火	米 鶏ささみ/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁/片 栗粉 キャベツ/にんじん/きゅうり/食塩 さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ	米 鶏もも肉/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁 キャベツ/にんじん/きゅうり/食塩 さつまいも/たまねぎ/米みそ/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 かぶ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/みりん/あおのり ひじき/しらす干し/にんじん/きゅうり/キャベ ツ/だいず水煮/ごま油/ヨーグルト(無糖)/マ ヨネーズ/すりごま/しょうゆ/酢 さつまいも(皮付)/たまねぎ/米みそ/煮干だ し汁 米/にんじん/しょうゆ
14水	米 かれい/米みそ/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 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/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	米 かれい/米みそ/昆布だし汁 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/しょうゆ 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/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 きゅうり キャベツ	米 さば/米みそ/しょうが/酒/みりん/砂糖 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/ごま/酢 /砂糖/しょうゆ ねぎ/卵/しょうゆ/食塩/片栗粉/かつお・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

2022年度 9月 離乳食食材表 戸塚愛児園

日付	中期(7～8ヶ月頃)	後期(9～11ヶ月頃)	完了期(12～18ヶ月頃)
15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 こまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ	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 こまつな/たまねぎ/米みそ/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 にんじん/たまねぎ/いんげん/むきえび/小 麦粉/水/油/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 こまつな/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ 食パン
16金	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/ピザ用チーズ じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 キャベツ/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/ピザ用チーズ じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 キャベツ/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 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ハイジパン 鶏もも肉/食塩/ピザ用チーズ じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/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/ひじき/にんじん/しょうゆ
17土	米 鶏ひき肉/たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/昆 布だし汁/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/だいこん/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 ブロッコリー/にんじん/食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/だいこん/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 ブロッコリー/にんじん/コーン/油/酢/砂糖/ 食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 米/にんじん/だいこん/しょうゆ
20火	米 鶏ささみ/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/ブロッコリー/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/きな粉	米 鶏もも肉/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/ブロッコリー/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/きな粉/砂糖 だいこん えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/豚ひき肉/たまねぎ/しょうが/ にんじん/ピーマン/油/小麦粉/カレー粉/中 濃ソース/ケチャップ/砂糖/コンソメ さつまいも/ブロッコリー/食塩 エリンギ/えのきたけ/しめじ/コンソメ/食塩 /かつおだし汁 米/きな粉/砂糖
21水	米 鶏ささみ/絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆 布だし汁/片栗粉 キャベツ/にんじん/しょうゆ かぶ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/ピザ用チーズ/育児用ミルク	米 鶏ささみ/絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆 布だし汁/片栗粉 キャベツ/にんじん/しょうゆ かぶ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/ピザ用チーズ こまつな クリームコーン/たまねぎ/育児用ミルク/食塩	米 豚肩ロース肉/油/木綿豆腐/たまねぎ/ねぎ/ しょうゆ/みりん/砂糖 キャベツ/にんじん/しょうゆ かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/米みそ/かつおだし 汁 食パン/ピザ用チーズ
22木	米 たら/りんご/片栗粉 だいこん/にんじん/昆布だし汁 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 干しほうれん/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん /しょうゆ/昆布だし汁	米 さけ/りんご/片栗粉 だいこん/にんじん/昆布だし汁 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 干しほうれん/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん /しょうゆ/昆布だし汁 バナナ さつまいも	米 めかじき/マヨネーズ/白みそ/かぼちゃ ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/かつおだし 汁 干しほうれん/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん /しょうゆ/昆布だし汁
24土	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマト ピューレ/しょうゆ にんじん/きゅうり/食塩 じゃがいも/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 にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 じゃがいも/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 にんじん/きゅうり/チーズ/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/かぼちゃ
26月	米 かかれい/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 食パン/さつまいも/育児用ミルク	米 かかれい/しょうゆ/みりん/酒/油 はくさい/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/さつまいも こまつな はるさめ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 かかれい/しょうゆ/みりん/酒/油 はくさい/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 食パン/さつまいも
27火	米/ひじき/にんじん/しょうゆ 鶏ささみ/だいこん/しょうゆ/昆布だし汁/片 栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 キャベツ/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/ひじき/にんじん/しょうゆ 鶏もも肉/だいこん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 キャベツ/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 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米/ツナ/にんじん/しょうゆ/酒/みりん/砂糖 鶏もも肉/しょうゆ/みりん/しょうが/片栗粉/油 もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/カレー粉/ 食塩 キャベツ/たまねぎ/コーン/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
28水	ゆでうどん/鶏ひき肉/絹ごし豆腐/だいこん/ にんじん/たまねぎ/しょうゆ/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/カットわかめ/食塩	ゆでうどん/鶏ひき肉/絹ごし豆腐/だいこん/ にんじん/たまねぎ/しょうゆ/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/カットわかめ/食塩 かぶ/しょうゆ/昆布だし汁 しめじ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/豚肩ロース肉/油/絹ごし豆腐/だ いこん/にんじん/ねぎ/油揚げ/しょうゆ/砂 糖/かつお・昆布だし汁 かぼちゃ/きゅうり/マヨネーズ/食塩 バナナ 米/カットわかめ/食塩
29木	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/あおのり/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/育児用ミルク/バター/食塩	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁 ほうれんそう/にんじん/あおのり/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/育児用ミルク/バター/食塩 バナナ はくさい	米 さけ/食塩/酒 ほうれんそう/にんじん/焼きのり/しょうゆ 切り干しだいこん/油揚げ/たまねぎ/米みそ/ 煮干だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター/食塩
30金	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/りんご/片栗粉 にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/ほうれんそう/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	食パン 鶏もも肉/りんご/片栗粉 にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/ほうれんそう/にんじん/たまねぎ/しょうゆ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁	食パン 鶏もも肉/食塩/カレー粉/しょうが/りんごジャ ム/砂糖/しょうゆ/みりん にんじん/コーン/チーズ/油/酢/砂糖/食塩 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/ほうれんそう/にんじん/たまねぎ/しょうゆ