

2022年度 11月 離

乳食食料表

戸塚愛児園

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)
01火	食パン 鶏もも肉/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 さつまいも/にんじん/ブロッコリー/食塩 えのきたけ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/さけ/だいこん/にんじん/たまねぎ/米み そ/昆布だし汁 きゅうり 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	ハイジパン 鶏もも肉/食塩/しょうゆ/カレー粉/ヨーグルト (無糖) さつまいも/にんじん/ブロッコリー/食塩 えのきたけ/たまねぎ/コンソメ/しょうゆ/食塩 /かつおだし汁 米/さけ/だいこん/にんじん/たまねぎ/米み そ/昆布だし汁
02水	米 かれい/米みそ/昆布だし汁 はくさい/にんじん/食塩 だいこん/にんじん/たまねぎ/絹ごし豆腐/ じゃがいも/しめじ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/りんご/片栗粉 さつまいも こまつな/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さば/しょうが/米みそ/砂糖/みりん/酒 はくさい/にんじん/食塩/酢/砂糖 だいこん/にんじん/たまねぎ/絹ごし豆腐/ じゃがいも/しめじ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/りんご/片栗粉
04金	米 鶏もも肉/あおのり/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/きゅうり/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 干しそめい/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょう ゆ/昆布だし汁 じゃがいも ほうれんそう	米 ちくわ/あおのり/小麦粉/水/油 だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/マヨネーズ/ 食塩 木綿豆腐/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 干しそめい/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょう ゆ/昆布だし汁
05土	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/昆布だし汁/片栗粉 はるさめ/きゅうり/にんじん/しょうゆ チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	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 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/たまねぎ/食塩/しょうゆ/コンソ メ/かつおだし汁 米/かぼちゃ
07月	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 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 食パン/ピザ用チーズ ブロッコリー はるさめ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 かれい/食塩 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 こまつな/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/ピザ用チーズ
08火	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 さつまいも/昆布だし汁 かぶ/かぶ・葉/しめじ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩 キャベツ もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	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 さつまいも(皮付)/砂糖 かぶ/かぶ・葉/しめじ/米みそ/煮干だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩
09水	米 鶏もも肉/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 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁/ マカロニ/きな粉/砂糖 こまつな いんげん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/砂糖/みりん/うめ干し/ご ま/油 にんじん/にら/ツナ/卵/油/しょうゆ/砂糖/か つおだし汁 油揚げ/たまねぎ/カットわかめ/米みそ/煮干 だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖
10木	米 たら/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 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 りんご 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	米 豚レバー/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 キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ だいこん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 りんご さつまいも/育児用ミルク/バター/食塩
11金	ゆでうどん/鶏ひき肉/はくさい/にんじん/たま ねぎ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 しめじ/えのきたけ/たまねぎ/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 なす/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 じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/食 塩 木綿豆腐/なめこ/ねぎ/コンソメ/食塩/しょう ゆ/かつおだし汁 米/カットわかめ/食塩
12土	米/鶏ひき肉/たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/ 昆布だし汁 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 たまねぎ/焼ふ/カットわかめ/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 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 たまねぎ/焼ふ/カットわかめ/みりん/米みそ/ 煮干だし汁 米/にんじん/しょうゆ
14月	米 鶏もも肉/だいこん/しょうゆ/片栗粉/昆布だし汁 はくさい/にんじん/こまつな/しょうゆ/かつお節 さつまいも/たまねぎ/米みそ/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 かぼちゃ/昆布だし汁 バナナ	米 鶏もも肉/油/片栗粉/レモン果汁/砂糖/食塩/水/ 片栗粉/水 はくさい/にんじん/こまつな/しょうゆ/かつお節 さつまいも(皮付)/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布 だし汁
15火	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/片栗粉 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 食パン/さつまいも/育児用ミルク ほうれんそう えのきたけ/しめじ/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 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 食パン/さつまいも/育児用ミルク

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)
16水	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/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/にんじん/たまねぎ/はくさい/しょうゆ/ 昆布だし汁 じゃがいも 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さわら/しょうゆ/砂糖/しょうが/水 だいこん/にんじん/きゅうり/食塩/ごま/酢/ 砂糖 かぼちゃ/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 ゆでうどん/にんじん/たまねぎ/はくさい/し ょうゆ/昆布だし汁
17木	食パン 鶏もも肉/育児用ミルク/無塩バター/食塩/片 栗粉 ブロッコリー/にんじん/食塩 かぶ/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 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ハイジパン 豚肩ロース肉/食塩/米粉/マヨネーズ/ケ チャップ ブロッコリー/にんじん/ツナ/油/酢/砂糖/食 塩 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 米/あおのり/食塩
18金	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 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ/すりごま はくさい/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/きな粉 にんじん/昆布だし汁 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/たまねぎ/豆乳/片栗粉/しょうゆ/ 砂糖/みりん/酒/油 きゅうり/カットわかめ/酢/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 かき かぼちゃ/きな粉
19土	米/豚ひき肉/にんじん/しょうゆ/片栗粉 かぼちゃ/きゅうり/食塩 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だ し汁 米/さつまいも	米/豚ひき肉/しょうが/油/しょうゆ/砂糖/み りん/コーン かぼちゃ/きゅうり/マヨネーズ/食塩 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だ し汁 米/さつまいも
21月	米 鶏もも肉/りんご/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/にんじん/しょうゆ 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩 ほうれんそう トマト/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/片栗粉/油/ねぎ/砂糖/酢/酒/し ょうゆ/みりん/ごま油/りんご/しょうが/水/ごま 油/キャベツ/にんじん/しょうゆ 焼ふ/万能ねぎ/米みそ/かつおだし汁 じゃがいも/バター/食塩
22火	米 絹ごし豆腐/にんじん/ひじき/いんげん/食塩 /しょうゆ/凍り豆腐 かぶ/かぶ・葉/きゅうり/にんじん/食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉 さつまいも はくさい/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 木綿豆腐/卵/にんじん/ひじき/いんげん/砂 糖/食塩/しょうゆ/凍り豆腐 かぶ/かぶ・葉/きゅうり/にんじん/食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉 さつまいも
24木	ゆでうどん/豚ひき肉/もやし/チンゲンサイ/ にんじん/たまねぎ/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/昆布 だし汁 なす/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ だいこん しめじ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/豚ひき肉/コーン/もやし/チンゲ ンサイ/にんじん/しめじ/ねぎ/ごま油/米みそ /食塩/みりん/砂糖/煮干だし汁/かつおだ し汁 おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/し ょうゆ/砂糖 バナナ 米/ひじき/にんじん/しょうゆ
25金	米 さけ/にんじん/粉チーズ/昆布だし汁/片栗粉 さといも/だいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だ し汁 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/あおのり バナナ 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 かじき/酒/にんじん/マヨネーズ/粉チ ーズ さといも/だいこん/にんじん/しょうゆ/砂糖/ かつおだし汁 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/あおのり
26土	米/絹ごし豆腐/豚ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/ 米みそ/昆布だし汁/片栗粉 かぶ/にんじん/きゅうり/食塩 たまねぎ/こまつな/しょうゆ/昆布だし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ	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 かぶ/にんじん/きゅうり/油/酢/砂糖/食塩 たまねぎ/こまつな/コンソメ/食塩/しょうゆ/ かつおだし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
28月	米 さけ/ピザ用チーズ 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/食塩 さといも/絹ごし豆腐/しめじ/にんじん/し ょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/バター/食塩 はくさい なす/しょうゆ/昆布だし汁	米 さけ/ピザ用チーズ 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/か にかまぼこ/酢/砂糖/油/食塩/ごま さといも/鶏もも肉/生揚げ/しめじ/にんじん/ しょうゆ/みりん/砂糖/かつおだし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/バター/食塩
29火	米/さつまいも/食塩 鶏もも肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だ し汁/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/食塩 絹ごし豆腐/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 ほうれんそう クリームコーン/たまねぎ/育児用ミルク/食塩	米/酒/食塩/さつまいも(皮付)/黒ごま 豚肩ロース肉/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 ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま 油/絹ごし豆腐/万能ねぎ/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
30水	マカロニ/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマ トピューレ/しょうゆ キャベツ/にんじん/きゅうり/食塩 カットわかめ/えのきたけ/しょうゆ/昆布だ し汁 米/しょうゆ/かつお節 凍り豆腐/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	マカロニ/ハム/たまねぎ/にんじん/ピーマン/ 油/ケチャップ/トマトピューレ/砂糖/中濃ソ ース キャベツ/にんじん/きゅうり/酢/油/砂糖/食 塩 カットわかめ/えのきたけ/中華あじ/しょうゆ/ ごま油/かつおだし汁 米/しょうゆ/かつお節