

2022年度 12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		米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/しょうゆ/昆布だし汁/ 片栗粉 こまつな/にんじん/すりごま/しょうゆ 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/無塩バター/育児用ミルク キャベツ いんげん/たまねぎ/しょうゆ/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 こまつな/にんじん/ごま/しょうゆ/砂糖 焼ふ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし 汁 さつまいも/無塩バター/育児用ミルク
02金		米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 はくさい/にんじん/きゅうり/食塩 なす/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 だいこん しめじ/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 はくさい/にんじん/きゅうり/食塩/酢/砂糖 なす/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉
03土		米/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 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 米/さつまいも	米/豚肩ロース肉/たまねぎ/しょうゆ/みりん/ 砂糖 ブロッコリー/にんじん/コーン/マヨネーズ 油揚げ/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/さつまいも
05月		米 絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/鶏ひき肉/米 みそ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 かぼちゃ/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 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/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 かぼちゃ/砂糖/かつおだし汁 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
06火		米 さけ/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 さといも/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 かぶ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ゆでうどん/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/ しょうゆ/昆布だし汁 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 ブロッコリー	米 さけ/しょうゆ/酒/しょうが/小麦粉/油 ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/米みそ/かつおだし 汁 かき ゆでうどん/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/ しょうゆ/昆布だし汁
07水	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 さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/無塩バター	米 鶏もも肉/しょうゆ/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 さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/無塩バター/食塩 はくさい バナナ	米 豚肩ロース肉/米粉/油/水/しょうゆ/砂糖/み りん/しょうが/片栗粉 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/ごま さつまいも(皮付)/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/無塩バター/食塩
08木		食パン 鶏もも肉/りんご/昆布だし汁/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/しょうゆ たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しめじ/しょうゆ 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	ハイジパン 鶏もも肉/片栗粉/油/砂糖/しょうゆ/酢/レモ ン果汁/りんご/水/片栗粉 ほうれんそう/しめじ/コーン/ツナ/マヨネーズ /しょうゆ/砂糖/ごま油 ベーコン/にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩/ かつおだし汁 米/ひじき/にんじん/しめじ/しょうゆ
09金		米 たら/米みそ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/昆布だし汁 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/ しょうゆ/ピザ用チーズ さつまいも チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さば/米みそ/しょうが/酒/みりん/砂糖 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 鶏もも肉/かまぼこ/たまねぎ/絹ごし豆腐/卵 /しょうゆ/食塩/昆布だし汁/片栗粉 食パン/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/ しょうゆ/ピザ用チーズ
10土		米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/食 塩 だいこん/きゅうり/にんじん/しょうゆ かぼちゃ/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 だいこん/きゅうり/にんじん/酢/砂糖/しょう ゆ/ごま油 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/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
12月		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 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/米みそ/昆布だし汁 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 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 納豆/にんじん/たまねぎ/ピーマン/しょうゆ/ みりん/小麦粉/水/油 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/米みそ/かつおだし汁 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
13火		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/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きゅうり/食塩 なす/しょうゆ/昆布だし汁 米/はくさい/だいこん/にんじん/しょうゆ/昆 布だし汁 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 ほうれんそう	ゆでうどん/豚肩ロース肉/コーン/もやし/チ ンゲンサイ/にんじん/ねぎ/なると/ごま油/中 華あじ/しょうゆ/食塩/煮干だし汁/かつおだ し汁 さつまいも(皮付)/きゅうり/マヨネーズ みかん 米/はくさい/だいこん/にんじん/しょうゆ/昆 布だし汁
14水	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 かぶ/きゅうり/食塩 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/かぼちゃ/育児用ミルク	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁 かぶ/きゅうり/食塩 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/かぼちゃ/育児用ミルク ブロッコリー はるさめ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 たら/しょうが/しょうゆ/砂糖 かぶ/きゅうり/かぶ・葉/酢/砂糖 キャベツ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/かぼちゃ/育児用ミルク

2022年度 12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/にんじん/たまねぎ/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 絹ごし豆腐/カットわかめ/米みそ/かつおだし汁 小麦粉/水/育児用ミルク/砂糖/ベーキングパウダー バナナ いんげん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米/もち米/鶏もも肉/しめじ/にんじん/ごま油/酒/しょうゆ/食塩/砂糖 鶏もも肉/食塩/上新粉/水/コーンフレーク/油 もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/カレー粉/食塩 絹ごし豆腐/カットわかめ/米みそ/かつおだし汁 小麦粉/水/育児用ミルク/砂糖/ベーキングパウダー
16金		米 鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/凍り豆腐/片栗粉/米みそ/すりごま おから/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/育児用ミルク/バター/食塩 きゅうり 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/たまねぎ/ねぎ/にんじん/凍り豆腐/片栗粉/豆乳/米みそ/砂糖/ごま 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 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター/食塩
17土		米 鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/育児用ミルク/食塩/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/食塩 はくさい/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/油/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/シチューミックスクリーム/牛乳 ブロッコリー/にんじん/コーン/油/酢/砂糖/食塩 はくさい/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月		米 さけ/育児用ミルク/バター/食塩/片栗粉 はるさめ/きゅうり/にんじん/しょうゆ だいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩 こまつな 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 かじき/食塩/たまねぎ/マッシュルーム水煮/マヨネーズ/はるさめ/きゅうり/にんじん/食酢(米酢)/しょうゆ/砂糖/ごま油/だいこん/たまねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/じゃがいも/無塩バター/食塩/
20火		食パン 鶏もも肉/ピザ用チーズ キャベツ/きゅうり/ブロッコリー/食塩 さつまいも/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/カットわかめ/食塩 にんじん えのきたけ/しめじ/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 キャベツ/きゅうり/ブロッコリー/油/酢/砂糖/食塩 さつまいも(皮付)/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 米/カットわかめ/食塩
21水	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 だいこん/昆布だし汁/米みそ/片栗粉 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/たまねぎ/しらす干し/バター/育児用ミルク	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 だいこん/昆布だし汁/米みそ/片栗粉 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/たまねぎ/しらす干し/バター じゃがいも/あおのり/食塩 ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 ビーマン/赤ビーマン/豚肩ロース肉/こまつな/たけのこ水煮/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/酒/しょうが/片栗粉/ごま油/食塩/こしょう/中華あじ/米みそ だいこん/昆布だし汁/米みそ/砂糖/片栗粉 ねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 食パン/たまねぎ/しらす干し/バター
22木		米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/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 ゆでうどん/豚ひき肉/キャベツ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 りんご なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 さけ/食塩/酒 かぼちゃ/ゆであずき缶/しょうゆ/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 ゆでうどん/豚ひき肉/キャベツ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁
23金		米/たまねぎ/にんじん/食塩 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 じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 クリームコーン/たまねぎ/育児用ミルク/食塩 食パン/りんご/片栗粉 いちご チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米/食塩/コンソメ/たまねぎ/にんじん/赤ビーマン/ビーマン/黄ビーマン/油 鶏もも肉/しょうゆ/酒/しょうが/片栗粉/油 じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/食塩 クリームコーン/コーン/たまねぎ/油/水/豆乳/コンソメ/食塩 食パン/りんご/片栗粉 いちご
24土		米/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/しょうゆ はくさい/にんじん/食塩 さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/だいこん/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	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 はくさい/にんじん/食塩/酢/砂糖 さつまいも(皮付)/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/だいこん/にんじん/たまねぎ/しょうゆ
26月		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/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/にんじん/きゅうり/しょうゆ かぼちゃ/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 バナナ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	マカロニ/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/ビーマン/ホールトマト缶/小麦粉/ケチャップ/バター キャベツ/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/しょうゆ かぼちゃ/たまねぎ/コンソメ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 りんご 米/さけ/だいこん/にんじん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁
27火		米 鶏ささみ/絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ/すりごま えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ じゃがいも/昆布だし汁 はくさい/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 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ごま なめこ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ
28水	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/昆布だし汁/片栗粉 もやし/にんじん/しょうゆ かぶ/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	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 もやし/にんじん/しょうゆ かぶ/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 はるさめ/にんじん/しょうゆ/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/にんじん/ごま油/しょうゆ/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 食パン/さつまいも/育児用ミルク