

2023年度 5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	マカロニ/昆布だし汁 焼ふ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 さつまいも/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 ブロッコリー/グリーンアスパラガス/にんじん /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	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 ブロッコリー/グリーンアスパラガス/にんじん 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 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	マカロニ/ham/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 ブロッコリー/グリーンアスパラガス/にんじん /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
02火	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/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 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/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 米/ひじき/にんじん/しょうゆ 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 なす/たまねぎ/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 だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/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
06土	米 凍り豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 こまつな/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/食 塩 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 こまつな/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/しょうゆ/食 塩 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 こまつな/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米/ツナ/たまねぎ/ねぎ/にんじん/ごま油/ しょうゆ/食塩 もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/食塩 こまつな/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
08月	米 焼ふ/昆布だし汁 きゅうり/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 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きな粉/昆布だし汁/片栗粉	米 鶏もも肉/米みそ/昆布だし汁 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きな粉 ほうれんそう えのきたけ/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうが/米みそ/砂糖/みりん/酒 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ごま 焼ふ/えのきたけ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつ お・昆布だし汁 さつまいも/きな粉
09火	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/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ かぼちゃ/昆布だし汁 チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/はくさい/たまねぎ/にんじん/米みそ	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ かぼちゃ/昆布だし汁 チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/はくさい/たまねぎ/にんじん/米みそ ブロッコリー カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/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/ごま油/しょうゆ/食塩 かぼちゃ/砂糖/かつおだし汁 チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/かつおだし 汁 バナナ 米/はくさい/たまねぎ/にんじん/米みそ
10水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ	米/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ キャベツ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だ し汁	米/鶏ひき肉/しょうが/しょうゆ/砂糖/みりん/ コーン じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/食 塩 木綿豆腐/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ
11木	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 はくさい/昆布だし汁 こまつな/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/こまつな/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ゆでうどん/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しょう ゆ/昆布だし汁	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 はくさい/にんじん/こまつな/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ゆでうどん/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しょう ゆ/昆布だし汁 バナナ きゅうり	米 さわら/しょうゆ/砂糖/しょうが/水 はくさい/にんじん/こまつな/食塩 油揚げ/ねぎ/米みそ/煮干し汁 ゆでうどん/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しょう ゆ/昆布だし汁
12金	米 焼ふ/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/たまねぎ/トマトピューレ/しょうゆ/ 片栗粉 切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だ し汁 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/粉チーズ/育児用ミルク	米 鶏もも肉/たまねぎ/トマトピューレ/しょうゆ/片栗 粉 切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 もやし/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 しめじ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 そらまめ/たまねぎ/しらす干し/コーン/小麦 粉/水/油/食塩 切り干しだいこん/油揚げ/にんじん/しょうゆ/ 砂糖/みりん もやし/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 食パン/ピザ用チーズ
13土	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/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/しょうゆ さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ	米/鶏ささみ/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/しょうゆ さつまいも/たまねぎ/米みそ/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/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/ごま/酢/砂糖/しょう ゆ さつまいも(皮付)/たまねぎ/米みそ/煮干し 汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
15月	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁	米 たら/米みそ/昆布だし汁/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/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター/食塩	米 たら/米みそ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/昆布だし汁 ほうれんそう/たまねぎ/しょうゆ/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 焼ふ/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 ごぼう/みりん/かつおだし汁/にんじん/きゅう り/しょうゆ/マヨネーズ/ごま ほうれんそう/たまねぎ/しょうゆ/食塩/かつ おだし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター/食塩
16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/りんご/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/にんじん/育児用ミルク/片栗粉	米 鶏もも肉/りんご/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/にんじん/育児用ミルク/片栗粉 きゅうり はるさめ/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 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 なす/たまねぎ/米みそ/煮干し汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉
17水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 かぼちゃ/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 キャベツ/にんじん/食塩 かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/チーズ/しょうゆ	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/しょうゆ/昆布だし汁/ 片栗粉 キャベツ/にんじん/食塩 かぼちゃ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/チーズ/しょうゆ バナナ ほうれんそう/にんじん/米みそ/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/にんじん/食塩 なめこ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 米/チーズ/しょうゆ