

2023年度 9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 たら/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 たまねぎ/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 凍り豆腐/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 とうがんとたまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター	米 さけ/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 凍り豆腐/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 とうがんとたまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター バナナ きゅうり	米 さわら/しょうゆ/みりん/酒/ごま油/しょうゆ/米みそ/砂糖/酒/片栗粉 すり干しだいこん/油揚げ/にんじん/しょうゆ/砂糖/みりん とうがんとたまねぎ/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター
02土	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/米みそ/片栗粉 はるさめ/きゅうり/にんじん/しょうゆ キャベツ/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/しょうゆ/ごま油/しょうゆ/米みそ/砂糖/酒/片栗粉 はるさめ/きゅうり/にんじん/酢/しょうゆ/砂糖/ごま油 キャベツ/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/しょうゆ/ごま油/しょうゆ/米みそ/砂糖/酒/片栗粉 はるさめ/きゅうり/にんじん/酢/しょうゆ/砂糖/ごま油 キャベツ/しょうゆ/昆布だし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
04月	ゆでうどん/昆布だし汁 絹ごし豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 オクラ/絹ごし豆腐/にんじん/しょうゆ/すりごま なす/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/しょうゆ	ゆでうどん/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 オクラ/絹ごし豆腐/にんじん/しょうゆ/すりごま なす/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/しょうゆ かぼちゃ/昆布だし汁 しめじ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	マカロニ/鶏ひき肉/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 オクラ/木綿豆腐/にんじん/砂糖/しょうゆ/ごま油/ごま 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/あおのり/しょうゆ
05火	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/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/米みそ/昆布だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク	米 かれい/しょうゆ/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/米みそ/昆布だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉 キャベツ さつまいも/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁/砂糖 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 はくさい/米みそ/かつおだし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉
06水	米 焼ふ/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 鶏ささみ/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/きゅうり/にんじん/食塩 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/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 鶏もも肉/米みそ/昆布だし汁 だいこん/きゅうり/にんじん/食塩 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/ピザ用チーズ ほうれんそう 絹ごし豆腐/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 だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/マヨネーズ/食塩 焼ふ/万能ねぎ/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 じゃがいも/ピザ用チーズ
07木	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 ごまつな/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 たら/りんご/片栗粉 とうがんとにんじん/しょうゆ/昆布だし汁 ごまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ	米 さけ/りんご/片栗粉 とうがんとにんじん/しょうゆ/昆布だし汁 ごまつな/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ はくさい もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 さけ/食塩/カレー粉/しょうゆ/りんごジャム/砂糖/しょうゆ/みりん とうがんとにんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 ごまつな/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ
08金	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 さつまいも/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 さつまいも/昆布だし汁 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/しらす干し/はくさい/にんじん/食塩	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/しょうゆ さつまいも/昆布だし汁 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/しらす干し/はくさい/にんじん/食塩 バナナ えのきたけ/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/にんご/ごま油/しょうゆ/食塩 さつまいも(皮付)/砂糖 なつめ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 米/しらす干し/はくさい/にんじん/食塩
09土	米 焼ふ/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/食塩 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/食塩 もやし/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	米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/食塩 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/油/酢/砂糖/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/ひじき/にんじん/しょうゆ	米/豚ひき肉/油/にんじん/たまねぎ/カレー粉/コンソメ/食塩 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/油/酢/砂糖/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/ひじき/にんじん/しょうゆ
11月	米 凍り豆腐/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 切り干しだいこん/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/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖 さつまいも/昆布だし汁 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米/豚ひき肉/しょうゆ/しょうゆ/砂糖/みりん/コーン キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干し汁 マカロニ/きな粉/砂糖
12火	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 たら/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 とうがんとにんじん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩	米 たら/米みそ/昆布だし汁 とうがんとにんじん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩 バナナ デンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 さば/米みそ/しょうゆ/酒/みりん/砂糖 とうがんとしょうゆ/鶏ひき肉/砂糖/片栗粉/油 絹ごし豆腐/えのきたけ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩
13水	米 焼ふ/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 鶏ささみ/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 さつまいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/育児用ミルク/粉チーズ	米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/昆布だし汁 さつまいも/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 オクラ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/しょうゆ/酒 トマト/きゅうり/たまねぎ/バネリ/酢/レモン/砂糖/油/食塩 さつまいも(皮付)/たまねぎ/米みそ/煮干し汁 オレンジ 食パン/ピザ用チーズ
14木	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米 かれい/あおのり/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 キャベツ/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 かれい/あおのり/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ キャベツ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/きな粉 にんじん いんげん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 きす/酒/食塩/水/小麦粉/あおのり/油 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ごま キャベツ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/きな粉 にんじん いんげん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁

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)
15金	食パン/育児用ミルク 焼ふ/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁 ごまつな/昆布だし汁	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/粉チーズ/片栗粉 かぼちゃ/きゅうり/食塩 たまねぎ/ごまつな/しょうゆ/昆布だし汁 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ	食パン 鶏もも肉/ピザ用チーズ かぼちゃ/きゅうり/食塩 たまねぎ/ごまつな/しょうゆ/昆布だし汁 米/すりごま/しょうゆ/酢 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 なす/しょうゆ/昆布だし汁	食パン 鶏もも肉/食塩/ピザ用チーズ 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 たまねぎ/ごまつな/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ
16土	米 凍り豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 さつまいも/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/しょうゆ にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 さつまいも/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 にんじん/きゅうり/チーズ/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/かぼちゃ
19火	米 たら/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 たら/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/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	米 たら/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/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 きゅうり 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁	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 だいこん/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
20水	ゆでうどん/昆布だし汁 焼ふ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏ささみ/絹ごし豆腐/だいこん/にんじん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ほうれんそう/にんじん/しょうゆ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 米/きな粉	ゆでうどん/鶏ささみ/絹ごし豆腐/だいこん/にんじん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ほうれんそう/にんじん/しょうゆ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 米/きな粉	ゆでうどん/鶏もも肉/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 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 バナナ カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁
21木	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁 にんじん/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 さつまいも/にんじん/ブロッコリー/食塩 もやし/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/りんご/片栗粉 はくさい	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 さつまいも/にんじん/ブロッコリー/食塩 もやし/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/りんご/片栗粉 はくさい いんげん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/豚ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/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(皮付)/にんじん/ブロッコリー/食塩 もやし/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 食パン/りんご/片栗粉
22金	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/育児用ミルク/バター/食塩/片栗粉 キャベツ/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 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ	米 鶏もも肉/育児用ミルク/バター/食塩/片栗粉 キャベツ/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 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚肩ロース肉/油/砂糖/しょうゆ ゆ/ケチャップ/中濃ソース/ごま/水 キャベツ/にんじん/しょうゆ 木綿豆腐/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ
25月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 はくさい/昆布だし汁 にんじん/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/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 干しとうめい/カットわかめ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも キャベツ	米 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 干しとうめい/カットわかめ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも キャベツ	米 あじ/しょうゆ/みりん/酒 はくさい/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/煮干し汁 干しとうめい/カットわかめ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも キャベツ
26火	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/鶏ひき肉/米みそ/米/しょうゆ/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 切り干しだいこん/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 絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/鶏ひき肉/米みそ/米/しょうゆ/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 切り干しだいこん/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 ブロッコリー たまねぎ/にんじん/しょうゆ/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/しょうゆ/豚ひき肉/ごま油/米みそ/しょうゆ/砂糖/酒/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/カレー粉/食塩 切り干しだいこん/油揚げ/たまねぎ/米みそ/煮干し汁 食パン/クリームコーン/育児用ミルク
27水	米 凍り豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米/ひじき/にんじん/しょうゆ 鶏ささみ/だいこん/しょうゆ/片栗粉 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/バター バナナ ほうれんそう	米/ひじき/にんじん/しょうゆ 鶏ささみ/だいこん/しょうゆ/片栗粉 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/バター バナナ ほうれんそう	米/混ぜ込みわかめ 鶏もも肉/しょうゆ/みりん/しょうゆ/片栗粉/油 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ キャベツ/にんじん/きゅうり/酢/砂糖/しょうゆ/ごま油 キャベツ/コーン/米みそ/かつおだし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/バター
28木	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 かれい/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも なす/しょうゆ/昆布だし汁 しめじ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	米 さけ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも なす/しょうゆ/昆布だし汁 しめじ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	米 さけ/米みそ/砂糖/酒/みりん/油 ひじき/油揚げ/にんじん/しめじ/油/砂糖/みりん/しょうゆ/かつおだし汁 ねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 さつまいも
29金	食パン/育児用ミルク 焼ふ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	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 デンゲンサイ/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 鶏もも肉/りんご/片栗粉 にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 デンゲンサイ/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 じゃがいも/昆布だし汁 ごまつな/たまねぎ/米みそ/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) にんじん/干しぶどう/チーズ/油/酢/砂糖/食塩 デンゲンサイ/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 バナナ デンゲンサイ/たまねぎ/食塩/しょうゆ/コンソメ/かつおだし汁 米/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 鶏ささみ/たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 キャベツ/にんじん/すりごま/しょうゆ キャベツ/にんじん/ごま/マヨネーズ/しょうゆ もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/さつまいも	米 鶏ささみ/たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 キャベツ/にんじん/すりごま/しょうゆ キャベツ/にんじん/ごま/マヨネーズ/しょうゆ もやし/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 キャベツ/にんじん/ごま/マヨネーズ/しょうゆ もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/さつまいも