

2023年度1月離乳食食材表

戸塚愛児園

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)
04木	米/豚ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/しょうゆ/片栗粉 だいこん/きゅうり/食塩 キャベツ/しょうゆ/昆布だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖 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/鶏ひき肉/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/コーン/ツナ/マヨネーズ キャベツ/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 マカロニ/きな粉/砂糖
05金	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 かぼちゃ/にんじん/ブロッコリー/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぶ/だいこん/七草/食塩 なす/しょうゆ/昆布だし汁 焼ふ/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 かぼちゃ/にんじん/ブロッコリー/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/かぶ/だいこん/七草/食塩
06土	米/豚ひき肉/たまねぎ/しょうゆ キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 さつまいも/米みそ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米/豚肩ロース肉/たまねぎ/しょうゆ/みりん/砂糖 キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ さつまいも(皮付)/米みそ/煮干だし汁 米/かぼちゃ
09火	米 絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/豚ひき肉/米みそ/しょうゆ/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/きな粉 ほうれんそう もやし/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 なめこ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 さつまいも/きな粉
10水	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 はくさい/にんじん/しょうゆ だいこん/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 バナナ チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 かれい/しょうが/しょうゆ/砂糖 はくさい/にんじん/しょうゆ だいこん/たまねぎ/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
11木	ゆでうどん/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ/しょうゆ/片栗粉 じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ ブロッコリー しめじ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/ごま油/豚ひき肉/しょうが/にんじん/たまねぎ/ねぎ/コーン/油/砂糖/米みそ/しょうゆ/コンソメ/片栗粉 じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/食塩 バナナ 米/ひじき/にんじん/しょうゆ
12金	米 さけ/米みそ/昆布だし汁 切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ 焼ふ/こまつな/米みそ/昆布だし汁 さつまいも キャベツ 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 さわら/米みそ/みりん/砂糖 切り干しだいこん/油揚げ/にんじん/しょうゆ/砂糖/みりん 焼ふ/こまつな/米みそ/かつおだし汁 さつまいも
13土	米/たまねぎ/にんじん/豚ひき肉/しょうゆ/食塩 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/食塩 はるさめ/はくさい/にんじん/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 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/油/酢/砂糖/食塩 はるさめ/はくさい/にんじん/中華あじ/しょうゆ/かつおだし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
15月	米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ カットわかめ/きゅうり/しょうゆ えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/バター バナナ ブロッコリー	米/鶏ひき肉/しょうが/しょうゆ/砂糖/みりん/にんじん おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/しょうゆ/砂糖 エリンギ/えのきたけ/しめじ/米みそ/煮干だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク/バター
16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 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 きゅうり こまつな/にんじん/しょうゆ/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)/レモン/砂糖 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 食パン/クリームコーン/育児用ミルク
17水	米 たら/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/片栗粉 絹ごし豆腐/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ 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 ほうれんそう もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 めかじき/片栗粉/油/たまねぎ/砂糖/しょうゆ/酢/水 ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごまはくさい/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 いよかん じゃがいも/バター/食塩
18木	食パン 鶏もも肉/トマトピューレ/しょうゆ/片栗粉 キャベツ/にんじん/きゅうり/食塩 もやし/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 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 しめじ/にんじん/米みそ/昆布だし汁	食パン 鶏もも肉/食塩/米粉/マヨネーズ/ケチャップ キャベツ/にんじん/きゅうり/酢/油/砂糖/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 米/しらす干し/あおのり/しょうゆ

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)
19金	米 絹ごし豆腐/豚ひき肉/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 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 ゆでうどん/だいこん/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 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 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ なす/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 ゆでうどん/だいこん/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
20土	米/豚ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/トマトピューレ/しょうゆ/片栗粉 だいこん/きゅうり/にんじん/しょうゆ かぼちゃ/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	米/豚肩ロース肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/カレー粉/油 だいこん/きゅうり/にんじん/油/酢/しょうゆ/砂糖/ごま かぼちゃ/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
22月	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 にんじん/干しぶどう/チーズ 絹ごし豆腐/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 さつまいも/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さば/しょうゆ/みりん/酒 にんじん/干しぶどう/チーズ/油/酢/砂糖/食塩 木綿豆腐/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ 食パン
23火	米 絹ごし豆腐/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/しょうゆ キャベツ/きゅうり/食塩 にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/ピザ用チーズ こまつな もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚ひき肉/たまねぎ/えのきたけ/凍り豆腐/豆乳/中華あじ/砂糖/ケチャップ/中濃ソース/しょうゆ/片栗粉 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 にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 かぼちゃ/ピザ用チーズ
24水	米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 はくさい/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 食パン/りんご/片栗粉 さつまいも/昆布だし汁 チンゲンサイ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 豚肩ロース肉/しょうゆ/しょうが/酒 はくさい/きゅうり/にんじん/食塩 だいこん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/りんご/片栗粉
25木	ゆでうどん/鶏ささみ/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 なす/しょうゆ/昆布だし汁 米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ ほうれんそう えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏むね肉/にんじん/たまねぎ/ねぎ/カレー粉/油/しょうゆ/片栗粉 かぼちゃ/きゅうり/マヨネーズ/食塩 みかん 米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ
26金	米/かつお節/しょうゆ 鶏もも肉/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 さつまいも/米みそ/昆布だし汁 米/かれい/はくさい/にんじん/しょうゆ バナナ 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/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/酒/しょうが/小麦粉/油 もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/カレー粉/食塩 さつまいも(皮付)/米みそ/煮干だし汁 米/かれい/はくさい/にんじん/しょうゆ
27土	米/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/しょうゆ にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 かぶ/たまねぎ/米みそ/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 にんじん/きゅうり/チーズ/油/酢/砂糖/食塩 かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/さつまいも
29月	米 さけ/あおのり/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/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 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 さけ/マヨネーズ/白みそ/かぼちゃ だいこん/にんじん/ごぼう/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁 焼ふ/カットわかめ/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/育児用ミルク/バター
30火	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 キャベツ/にんじん/すりごま/食塩 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/ほうれんそう/にんじん/だいこん/しょうゆ なす/しょうゆ/昆布だし汁 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 ちくわ/あおのり/小麦粉/水/油 キャベツ/にんじん/酢/砂糖/食塩/ごま 木綿豆腐/油揚げ/米みそ/煮干だし汁 いちご 米/ほうれんそう/にんじん/だいこん/しょうゆ
31水	米 鶏もも肉/りんご/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖 かぼちゃ/昆布だし汁 はるさめ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 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 ほうれんそう/コーン/にんじん/かにかまぼこ/食塩/マヨネーズ もやし/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖