				0	Z	4	年	度		5	月
日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9	9~1 ⁻	1ヶ月	頁)		完了其	月 (12~18	ヶ月頃))
01水	ゆでうどん/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	ゆでうどん/強ささみ/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁 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/昆布だし汁 米/カットわかめ/食塩	ゆでうどん/舞ささ マトピューレ/しよ ブロッコリー/グリ /食塩 さつまいも/昆布が 米/カットわかめ/ にんじん しめじ/えのきた!!	うゆ/昆 ーンア: たし汁 食塩	布だし スパラナ	け iス/にんじ	/油/ ガロ・ /油/ さつ: し汁	ケチャップ ス ッコリー/グ 酢/砂糖/:	寸)/コンソメ/	レ/砂糖/ パラガス/i	/中濃 こんじん
02木	米 親ごし豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米 朝ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/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 キャベツ/米みそ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	米 網ごし豆腐/たま: 布だし汁/片栗粉 じゃがいも/にんじ キャベツ/米みそ/ 米/ひじき/にんじ パナナ 焼ふ/たまねぎ/メ	こん/き! /昆布た こん/しょ	ゅうり/1 シン汁 ・うゆ	塩	足 デヤ じやが 食塩 キヤ	マン/油/¾ップ/砂糖/ がいも/にん ベツ/コンン	とまねぎ/しょ (粉/カレ一粉 コンソメ いじん/きゅう! パメ/食塩/しょ いじん/しょうり)/中濃ソ- り/マヨネ :うゆ/かつ	ース/ケ ーズ/
07火	米 親ごし豆腐/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米/難ひき肉/にんじん/しょうゆだいこん/きゅうり/食塩 網ごし豆腐/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/難ひき肉/に/ だいこん/きゅうり 網ごし豆腐/たま: マカロニ/きな粉/ じゃがいも なす/たまねぎ/メ	/食塩 ねぎ/米 ′砂糖	もみそ/]	是布だし汁	/コー だい /食場 た計 ナ	ン こん/きゅう L 豆腐/たま	ょうが/しょう 5り/かにかま ねぎ/米みそ 8/砂糖	ぼこ/マヨ	ネーズ
08水	米 親ごし豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 かぽちゃ/昆布だし汁	米 網ごし豆腐/難ひき肉/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ かばちゃ/ 昆布だし汁 チンゲンサイ/たまねぎ/米みそ/ 昆布だし汁 さつまいも/ 育児用ミルク	米 網ごし豆腐/強ひ しょうゆ かぽちゃ/昆布だ チンゲンサイ/たま さつまいも/育児! パナナ キャベツ	し汁 まねぎ/	*************************************		/たま かぼ ナ チン	ねぎ/にらちゃ/砂糖	じら肉/たけの かごま油/しょ /かつおだし) たまねぎ/米み 見用ミルク	うゆ/食: †	复
09木	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/こまつな/食塩 網ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩/昆布だし汁/片 栗粉	米 かれい/しょうゆ/ はくさい/にんじん 網ごし豆腐/たま: じゃがいも/あおの ブロッコリー えのきたけ/しめし	/こま? ねぎ/米 のり/食	つな/食: tみそ/] 塩	見布だし汁	はくる油揚	い/にんじ げ/ねぎ/3	しょうゆ/みり ん/こまつな kみそ/煮干が sのり/食塩	/食塩	
	米 凍り豆腐/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 強ささみ/クリームコーン/育児用ミルク/片 栗粉 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ 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	米 鶏もも肉/クリー/ きゅうり/カットわり もやし/たまねぎ/ 食パン/にんじん さつまいも/昆布が チンゲンサイ/たま	かめ/し /米みそ /育児月 だし汁	ようゆ /昆布だ ミルク	さし汁 ケ片栗粉	粉/フ きゅう ま もや 汁 汁	k/油/食塩 5り/カット レ/たまねる	ねぎ/しらす干 【 わかめ/酢/砂 ぎ/米みそ/か ん/育児用ミノ	糖/しょう	うゆ/ご 布だし
11±	米 焼み/ 昆布だし汁 さつまいも/ 昆布だし汁 キャベツ/ 昆布だし汁	米/強ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ さつまいも/にんじん キャベツ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	**/ 第ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ さつまいも/にんじん キャベツ/しょうゆ/昆布だし汁 **/かぼちゃ				しょう さつ キャ 汁	※/ツナ/たまねぎ/ねぎ/にんじん/ごま油/ しょうゆ/食塩 さつまいも(皮付)/にんじん/食塩 キャベツ/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし			
13月	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/昆布だし汁 にんじん/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 網ごし豆腐/たまねぎ/しようゆ/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	米たら、米みそ/昆布だし汁だいこん/にんじん/昆布だし汁だいこん/にんじん/昆布だし汁機ごし豆腐/たまねぎ/しようゆ/昆布だし汁ゆでうどん/焼み/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁/ナナじゃがいも/あおのり/食塩			ごぼ うり/ う ねぎ 布だ	米 さわら/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 ねぎ/朝ごし豆腐/しょうゆ/食塩/かつお・昆 布だし汁 ゆでうどん/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しょう ゆ/足布だし汁				
14火	食パン/育児用ミルク 焼ふ/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	食パン/育児用ミルク 強ささみ/トマトピューレ/しょうゆ/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/食塩 カットわかめ/たまわぎ/しょうゆ/昆布だし汁 /米/輔ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/しょう ゆ/	食パン 発もも肉/トマトピ ほうれんそう/に/ カットわかめ/たま 米/報ごし豆腐/た さつまいも もやし/たまねぎ/	んじん/ にねぎ/ にまねき	食塩 しょうゆ !/にんし	/昆布だし ん/しょう	中華 片栗 ほうか /マヨ カット つおが	き肉/たまね ちじ/砂糖/パ け/水 いんそう/コー ネーズ わかめ/たま	ぎ/えのきたけ テチャップ/中間 -ン/にんじん/: にねぎ/コンソメ こまねぎ/にんじ	ミソース/し かにかまほ /食塩/しょ	ようゆ/ ぎこ/食塩 :うゆ/か
15水	米 網ごし豆腐/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 網ごし豆腐/難ひき肉/しょうゆ/昆布だし汁/ 片栗粉 キャペツ/にんじん/食塩 さつまいも/米みそ/昆布だし汁 かぽちゃ/育児用ミルク	米 網ごし豆腐/鶏ひ 片栗粉 キャベツ/にんじん さつまいも/米み・ かぽちゃ/育児用 ブロッコリー 焼ふ/しょうゆ/昆	6/食塩 そ/昆布 ミルク	し がたし汁	昆布だしえ	ゆ/! キャ なめ	rチャップ/ ベツ/にんし	もみそ/かつま	ごま/水	
16木	米 親ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 制ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/鶏ひき肉/ 米みそ/しょうゆ/片栗粉 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/きな粉/育児用ミルク	米 親ごし豆腐/にんじ/ /しょうゆ/片栗粉 はるさめ/にんじん/ チンゲンサイ/たまれ 食パン/きな粉/砂糖 ほうれんそう クリームコーン/たま	'きゅうり。 なぎ/しょ 音	/しょうゆ :うゆ/昆:	布だし汁	下 駅ひき はるさ チンケ し汁 オレン	肉/ごま油/3 め/にんじん/ ンサイ/たま	水煮/にんじん/: 水赤/にんじん/: よみそ/しょうゆ/(きゅうり/酢/砂ま ねぎ/食塩/しょう	砂糖/酒/片 酢/しょうゆ/	栗粉 ごま油
17金	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 強ささみ/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/失みそ/昆布だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩/昆布だし汁/片 栗粉	米 鶏もも肉/りんご/ 凍り豆腐/にんじ/ なす/たまねぎ/ じゃがいも/あおの きゅうり しめじ/えのきた!!	ん/しょ kみそ/ Dり/食	うゆ/昆 昆布だ 塩	计	ま おか 砂糖 なす	ら/にんじ/ /ごま油/ネ /たまねぎ/	ゆ/砂糖/みり ん/しめじ/油 西/みりん/昆 /米みそ/煮1 Sのり/食塩	揚げ/しょ 布だし汁	うゆ/

	離乳 食	食材表	戸 塚 爱 児 幽					
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)				
18土	米 焼み/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/薦ひき肉/にんじん/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/しょうゆ さつまいも/米みそ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	米/難ひき肉/にんじん/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/しょうゆ さつまいも/米みそ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	米/難ひき肉/しょうが/しょうゆ/砂糖/みりん/にんじん プロッコリー/にんじん/かつお節/しょうゆ/マヨネーズ さつまいも(皮付)/米みそ/煮干だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ				
20月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 ほうれんそう/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁	* かれい/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 ほうれんそう/にんじん/しょうゆ 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	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 ほうれんそう/にんじん/しょうゆ 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 キャベツ パナナ	米 かれい/食塩 にうれんそう/にんじん/ごま/しょうゆ/砂糖だいこん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁さつまいも/育児用ミルク				
21火	ゆでうどん/昆布だし汁 凍り豆腐/昆布だし汁 かぽちゃ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	ゆでうどん/豫ささみ/にんじん/たまねぎ/米 みそ/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	ゆでうどん/養ささみ/にんじん/たまねぎ/米みそ/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 こまつな カットわかめ/たまねぎ/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 かぼちゃ/きゅうり/マコネーズ/食塩 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 パナナ 米/難ひき肉/にんじん/しょうゆ				
22水	米 かれい/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 かれい/だいこん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗 粉 キャペツ/きゅうり/にんじん/食塩 親ごし豆腐/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	* さけ/だいこん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉キペツ/きゅうり/にんじん/食塩 新ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁食パン/クリームコーン/育児用ミルクさつまいも いんげん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 めかじき/しょうゆ/酒/しょうが/米粉/油 キャベッ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ 朝ごし豆腐/万能ねぎ/米みぞ/かつおだし汁 食パン/クリームコーン/育児用ミルク				
23木	食/シ/育児用ミルク 焼ふ/足布だし汁 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/トマトピューレ/しょうゆ/片栗粉 にんじん/きゅうり/食塩 にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/食塩	食パン 鶏もも肉/トマトピューレ/しょうゆ/片栗粉 にんじん/きゅうり/食塩 にんじん/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 しめじ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ハイジパン 発もも肉/食塩/しょうゆ/カレー粉/ヨーグル ド(無難) にんじん/きゅうり/チーズ/油/酢/砂糖/食 塩 にんじん/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだ し汁 米/あおのり/食塩				
24金	米 網ごし豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 朝ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/片 栗粉 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/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	栗粉 さつまいも/昆布だし汁	米/豚肩ロース肉/たまねぎ/しょうゆ/みりん/砂糖 おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/しょう ゆ/砂糖 油揚げ/カットわかめ/米みそ/煮干だし汁 米/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ				
25土	米 網ごし豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	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/片栗粉 ブロッコリー/キャグ/きゅうり/食塩 親ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/さつまいも	*/強ひき肉/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 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/食塩 耕ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/さつまいも	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 ブロッコリー/キャベツ/きゅうり/油/酢/砂糖/食塩 網ごし豆腐/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 米/さつまいも				
27月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米 かれい/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁/片栗 粉 キャペツ/にんじん/しょうゆ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だ し汁 干しそうめん/親ごし豆腐/たまねぎ/にんじ ん/しょうゆ/昆布だし汁	キャベツ/にんじん/しょうゆ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 さば/しょうゆ/みりん/あおのり キャベッ/にんじん/しょうゆ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だ し汁 干しそうめん/親ごし豆腐/たまねぎ/にんじ ん/しょうゆ/昆布だし汁				
28火	米 焼み/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/にんじん/たまねぎ/しょうゆ 鶏ささみ/りんご/片栗粉 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 かばちゃ/育児用ミルク	米/にんじん/たまねぎ/しょうゆ 鳴もも肉/りんご/片栗粉 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 パナナ ブロッコリー	米/油揚げ/コーン/にんじん/驚ひき肉/砂糖/しょうゆ/油 鳴もも肉/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 ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま さつまいも(皮付)/たまねぎ/米みそ/煮干だ し汁 かぼちゃ/育児用ミルク				
29水	米 凍り豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 難ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ もやし/にんじん/しょうゆ なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/りんご/育児用ミルク	米 鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/ しょうゆ もやし/にんじん/しょうゆ なす/たまねぎ/米みそ/足布だし汁 食パン/りんご/片栗粉 きゅうり はるさめ/チンゲンサイ/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/油/しょうゆ/砂糖/みりん/食塩 もやし/にんじん/ごま油/しょうゆ/食塩 なめこ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 食パン/りんご/片栗粉				
30木	米 焼み/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/米みそ/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 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ	米 鶏もも肉/米みそ/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 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ かぼちゃ/昆布だし汁 鍋ごし豆腐/たまねぎ/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 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/えのきたけ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつ お・見布だし汁 米/にんじん/しょうゆ				
31金	ゆでうどん/昆布だし汁 凍り豆腐/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	ゆでうどん/強ささみ/たまねぎ/にんじん/ カットわかめ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きゅうり/食塩 凍り豆腐/レょうゆ/昆布だし汁 米/しらす干し/しょうゆ	ゆでうどん/強ささみ/たまねぎ/にんじん/ カットわかめ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/きゅうり/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/しらす干し/しょうゆ キャベツ カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/豚屑ロース肉/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/しょうゆ/みりん/かつお・昆布だし汁 さつまいも(皮付)/きゅうり/マヨネーズ オレンジ 米/しらす干し/しょうゆ				