２０２４年度　６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土	米 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	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/食塩 ブロッコリー/にんじん/食塩 絹ごし豆腐/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/食塩 ブロッコリー/にんじん/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	米/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/食塩/コンソメ ブロッコリー/にんじん/コーン/油/酢/砂糖/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 米/かぼちゃ
03月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/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 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ はくさい/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 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ はくさい/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク バナナ ほうれんそう	米 さば/食塩/カレー粉/米粉/水/油 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ごま はくさい/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/育児用ミルク
04火	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/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/きゅうり/食塩 なす/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 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 だいこん/きゅうり/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖 キャベツ じゃがいも/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚肩ロース肉/キャベツ/しょうゆ/しょうが/酒 だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/マヨネーズ/食塩 なす/油揚げ/米みそ/煮干だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖
05水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 こまつな/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/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 たまねぎ/こまつな/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/かぼちゃ/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/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 たまねぎ/こまつな/しょうゆ/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 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 もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/カレー粉/食塩 たまねぎ/こまつな/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 食パン/かぼちゃ/育児用ミルク
06木	米 焼ふ/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 鶏ささみ/りんご/片栗粉 じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/カットわかめ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	米 鶏もも肉/りんご/片栗粉 じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/カットわかめ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/酒/マーマレード じゃがいも/にんじん/そらまめ/マヨネーズ/食塩 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/カットわかめ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ
07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 にんじん/昆布だし汁	ゆでうどん/鶏ささみ/チンゲンサイ/たまねぎ/にんじん/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/にんじん/食塩 凍り豆腐/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/鶏ささみ/チンゲンサイ/たまねぎ/にんじん/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/にんじん/食塩 凍り豆腐/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/もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	ゆでうどん/豚ひき肉/コーン/もやし/チンゲンサイ/にんじん/しめじ/ねぎ/ごま油/米みそ/食塩/みりん/砂糖/煮干だし汁/かつおだし汁 さつまいも(皮付)/にんじん/食塩 バナナ 米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ
08土	米 焼ふ/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/しょうゆ かぼちゃ/きゅうり/食塩 はるさめ/チンゲンサイ/にんじん/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/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/しょうゆ かぼちゃ/きゅうり/食塩 はるさめ/チンゲンサイ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	米/鶏もも肉/たまねぎ/にんじん/ピーマン/油/コンソメ/食塩/こしょう/ケチャップ かぼちゃ/きゅうり/マヨネーズ/食塩 はるさめ/チンゲンサイ/にんじん/コンソメ/しょうゆ/かつおだし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ
10月	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 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/きゅうり/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/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 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/きゅうり/にんじん/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/きな粉 だいこん ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/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 キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ 木綿豆腐/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 さつまいも/きな粉
11火	食パン/育児用ミルク たら/昆布だし汁/片栗粉 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 たら/クリームコーン/育児用ミルク/食塩/片栗粉 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/食塩	食パン さけ/クリームコーン/育児用ミルク/食塩 はるさめ/にんじん/きゅうり/しょうゆ カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/あおのり/食塩 じゃがいも/食塩 えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁	コッペパン 豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/凍り豆腐/豆乳/中華あじ/片栗粉/砂糖/ケチャップ/中濃ソース/しょうゆ/水/片栗粉 はるさめ/にんじん/きゅうり/酢/砂糖/しょうゆ/ごま油 カットわかめ/えのきたけ/中華あじ/しょうゆ/ごま油/かつおだし汁 米/あおのり/食塩
12水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/だいこん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 絹ごし豆腐/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ かぼちゃ/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	米 鶏もも肉/だいこん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 絹ごし豆腐/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ かぼちゃ/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 さつまいも いんげん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/片栗粉/油/たまねぎ/砂糖/しょうゆ/酢/水 おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/しょうゆ/砂糖 かぼちゃ/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 オレンジ 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉
13木	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 キャベツ/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 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 干しそうめん/絹ごし豆腐/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 切り干しだいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 干しそうめん/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 バナナ なす/しょうゆ/昆布だし汁	米 かれい/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 キャベツ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 干しそうめん/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁
14金	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 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 もやし/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/たまねぎ/にんじん/しょうゆ	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 もやし/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/たまねぎ/にんじん/しょうゆ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 チンゲンサイ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	米 木綿豆腐/鶏ひき肉/えび/にんじん/ひじき/しらす干し/凍り豆腐/食塩/酒/しょうゆ/片栗粉/油 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 米/たまねぎ/にんじん/しょうゆ
15土	ゆでうどん/昆布だし汁 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	ゆでうどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁 にんじん/きゅうり/食塩 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/さつまいも	ゆでうどん/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマトピューレ/しょうゆ/昆布だし汁 にんじん/きゅうり/食塩 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/さつまいも	マカロニ/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/ピーマン/ホールトマト缶/小麦粉/ケチャップ/バター にんじん/きゅうり/チーズ/油/酢/砂糖/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 米/さつまいも

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)
17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/りんご/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/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク	米 さけ/りんご/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/米みそ/昆布だし汁 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 あかうお/片栗粉/油/しょうが/砂糖/しょうゆ/酢/レモン果汁/りんご ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま油揚げ/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク
18火	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 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/昆布だし汁 焼ふ/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 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/昆布だし汁 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ きゅうり なす/たまねぎ/米みそ/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 さつまいも(皮付)/砂糖 焼ふ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ
19水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 にんじん/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 キャベツ/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/育児用ミルク	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/しょうゆ キャベツ/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 じゃがいも こまつな/たまねぎ/しょうゆ/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 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
20木	食パン/育児用ミルク 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	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 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/カットわかめ/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 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/カットわかめ/食塩 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 えのきたけ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	食パン 鶏もも肉/片栗粉/油/ねぎ/砂糖/酢/酒/しょうゆ/みりん/ごま油/りんご/しょうが/水/ごま にんじん/干しぶどう/チーズ/油/酢/砂糖/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 米/カットわかめ/食塩
21金	米 凍り豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/しょうゆ だいこん/きゅうり/食塩 カットわかめ/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 鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/しょうゆ だいこん/きゅうり/食塩 カットわかめ/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 はくさい	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 だいこん/きゅうり/コーン/ツナ/マヨネーズ 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 ゆでうどん/焼ふ/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁
22土	米 焼ふ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/しょうゆ かぼちゃ/昆布だし汁 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/にんじん/しょうゆ	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/しょうゆ かぼちゃ/昆布だし汁 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/にんじん/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 かぼちゃ/砂糖/かつおだし汁 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/にんじん/しょうゆ
24月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 こまつな/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 かれい/育児用ミルク/食塩/片栗粉 こまつな/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 かぼちゃ/育児用ミルク	米 さけ/育児用ミルク/食塩/片栗粉 こまつな/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 かぼちゃ/育児用ミルク バナナ ブロッコリー	米 さけ/食塩/たまねぎ/マッシュルーム水煮/マヨネーズ こまつな/にんじん/ごま/しょうゆ/砂糖 絹ごし豆腐/えのきたけ/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク
25火	米 凍り豆腐/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 鶏ささみ/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/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 じゃがいも/あおのり/食塩/昆布だし汁/片栗粉	米 鶏もも肉/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁 キャベツ/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 じゃがいも/あおのり/食塩 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 いんげん/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/みりん/あおのり キャベツ/にんじん/しょうゆ さつまいも(皮付)/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩
26水	米 たら/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 凍り豆腐/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 食パン/りんご/育児用ミルク	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁 凍り豆腐/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 食パン/りんご/片栗粉 きゅうり たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 あかうお/しょうが/しょうゆ/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 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/りんご/片栗粉
27木	米 焼ふ/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米/さつまいも 鶏ささみ/クリームコーン/育児用ミルク/片栗粉 キャベツ/にんじん/食塩 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/かれい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ	米/さつまいも 鶏もも肉/クリームコーン/育児用ミルク キャベツ/にんじん/食塩 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/かれい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ メロン しめじ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米/もち米/出汁用昆布/しめじ/にんじん/ごま油/酒/しょうゆ/食塩/砂糖 鶏もも肉/片栗粉/油/ケチャップ/しょうゆ/砂糖/水 ごぼう/かつおだし汁/みりん/にんじん/コーン/しょうゆ/マヨネーズ/ごま カットわかめ/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/かれい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ メロン
28金	ゆでうどん/昆布だし汁 凍り豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	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 にんじん/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/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 にんじん/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 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	マカロニ/ツナ/たまねぎ/マッシュルーム水煮/赤ピーマン/黄ピーマン/油/酒/しょうゆ にんじん/きゅうり/チーズ/油/酢/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/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ
29土	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/にんじん/たまねぎ/米みそ/しょうゆ/片栗粉 キャベツ/にんじん/食塩 たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/米みそ/しょうゆ/片栗粉 キャベツ/にんじん/食塩 たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/豚肩ロース肉/酒/にんじん/たまねぎ/米みそ/砂糖/しょうゆ/油 キャベツ/にんじん/酢/砂糖/食塩/ごま たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 米/さつまいも