

2024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/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/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)/たまねぎ/米みそ/煮干だ し汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
06月	米 豚ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/しょうゆ はるさめ/きゅうり/にんじん/しょうゆ はくさい/たまねぎ/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 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/たまねぎ/しょうゆ/にんじん/ ピーマン/油/米粉/カレー粉/中濃ソース/ケ チャップ/砂糖/コンソメ はるさめ/きゅうり/にんじん/酢/しょうゆ/砂 糖/ごま油 はくさい/たまねぎ/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
07火	マカロニ/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/キャ ベツ/トマトピューレ/しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩/すりごま カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぶ/だいこん/七草/食塩 かぼちゃ/昆布だし汁 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	マカロニ/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/キャ ベツ/ピーマン/油/ケチャップ/トマトピューレ /中華あじ/砂糖 ブロッコリー/にんじん/ツナ/マヨネーズ/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/かぶ/だいこん/七草/食塩
08水	米 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 おから/にんじん/しめじ/しょうゆ/昆布だし汁 焼ふ/こまつな/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク バナナ キャベツ	米 かれい/食塩 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 焼ふ/こまつな/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/育児用ミルク
09木	米 絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/しめじ/豚ひ き肉/米みそ/しょうゆ/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/にんじん/しょうゆ ほうれんそう えのきたけ/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/しょうゆ/豚ひき肉/ごま油/米みそ/しよ うゆ/砂糖/酒/片栗粉 かぼちゃ/砂糖/かつおだし汁 もやし/万能ねぎ/米みそ/かつおだし汁 米/にんじん/しょうゆ
10金	米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 キャベツ/にんじん/きゅうり/食塩 しめじ/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 じゃがいも カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/しょうが/酒 キャベツ/にんじん/きゅうり/酢/油/砂糖/食 塩 なめこ/ねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 食パン/クリームコーン/育児用ミルク
11土	米/鶏もも肉/たまねぎ/にんじん/トマトピュ ーレ/しょうゆ じゃがいも/にんじん/きゅうり/食塩 はるさめ/チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/ 昆布だし汁 米/かぼちゃ	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 じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/食 塩 はるさめ/チンゲンサイ/たまねぎ/コンソメ/ しょうゆ/かつおだし汁 米/かぼちゃ
14火	米 たら/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ/すりごま 絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/米みそ/昆 布だし汁 さつまいも/きな粉 こまつな もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 メルルーサ/しょうゆ/しょうゆ/砂糖 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ご ま 鶏もも肉/かまぼこ/たまねぎ/にんじん/絹ご し豆腐/卵/しょうゆ/食塩/昆布だし汁/片栗 粉 さつまいも/きな粉
15水	米/豚ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ /片栗粉 だいこん/きゅうり/にんじん/しょうゆ キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/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/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 キャベツ/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/ かつおだし汁 食パン/きな粉/砂糖
16木	食パン 鶏もも肉/クリームコーン/育児用ミルク 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/さけ/だいこん/にんじん/米みそ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 えのきたけ/しめじ/しょうゆ/昆布だし汁	パンズパン 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/しよ うゆ/水/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 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/さけ/だいこん/にんじん/米みそ
17金	米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ さつまいも/昆布だし汁 えのきたけ/しめじ/米みそ/昆布だし汁 干しとうめん/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 かぶ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉	米/鶏ひき肉/しょうゆ/しょうゆ/砂糖/みりん /コーン さつまいも(皮付)/砂糖 エリンギ/えのきたけ/しめじ/米みそ/煮干 だし汁 いよかん 干しとうめん/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじ ん/しょうゆ/昆布だし汁
18土	米/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/はるさめ/ しょうゆ キャベツ/にんじん/しょうゆ かぶ/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/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/しよ うが キャベツ/にんじん/しょうゆ かぶ/かぶ・葉/たまねぎ/米みそ/かつおだ し汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)
20月	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 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 はくさい カットわかめ/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/しよ うゆ/酢/水 ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま こまつな/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	米 鶏もも肉/トマトピューレ/しょうゆ/片栗粉 はくさい/きゅうり/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 かぼちゃ/育児用ミルク 凍り豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 ほうれんそう	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 はくさい/きゅうり/にんじん/ゆず果汁/酢/ しょうゆ/砂糖 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だ し汁 かぼちゃ/育児用ミルク
22水	食パン 鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/米 粉/育児用ミルク/食塩 絹ごし豆腐/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ かぶ/しょうゆ/昆布だし汁 米/しめじ/にんじん/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	食パン 鶏むね肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/米 粉/バター/牛乳/食塩/コンソメ おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/しよ うゆ/砂糖 バナナ 米/しめじ/にんじん/しょうゆ
23木	米 さけ/米みそ/昆布だし汁 さといも/だいこん/にんじん/しょうゆ/昆布だ し汁 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉 じゃがいも/あおのり/食塩 たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さわら/米みそ/みりん/砂糖 さといも/だいこん/にんじん/しょうゆ/砂糖/ かつおだし汁 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/食塩/かつ おだし汁 食パン/にんじん/育児用ミルク/片栗粉
24金	米/ひじき/にんじん/しょうゆ 鶏もも肉/りんご/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/しょうゆ 絹ごし豆腐/しめじ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク バナナ キャベツ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米/油揚げ/コーン/にんじん/鶏ひき肉/砂糖 /しょうゆ/油 鶏もも肉/しょうゆ/みりん/しょうが/片栗粉/ 油 もやし/きゅうり/にんじん/ごま油/しょうゆ/ 食塩 木綿豆腐/なめこ/米みそ/煮干だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク
25土	米/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/ 食塩 キャベツ/にんじん/きゅうり/食塩 さつまいも/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/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 キャベツ/にんじん/きゅうり/酢/油/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/にんじん/しょうゆ
27月	米 たら/米みそ/昆布だし汁 ほうれんそう/にんじん/絹ごし豆腐/すりごま /しょうゆ だいこん/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩 にんじん もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 たら/米みそ/しょうが/酒/みりん/砂糖/水 ほうれんそう/ちくわ/にんじん/木綿豆腐/ご ま/砂糖/食塩/しょうゆ だいこん/たまねぎ/食塩/しょうゆ/かつおだ し汁 じゃがいも/あおのり/食塩
28火	ゆでうどん/鶏ささみ/だいこん/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 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 米/しょうゆ/かつお節 さといも/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	ゆでうどん/鶏むね肉/油/絹ごし豆腐/だいこ ん/にんじん/ねぎ/油揚げ/しょうゆ/みりん/ かつお・昆布だし汁 かぼちゃ/きゅうり/マヨネーズ/食塩 みかん 米/しょうゆ/かつお節
29水	米 絹ごし豆腐/豚ひき肉/じゃがいも/しょうゆ/ 片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 なす/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 たまねぎ/クリームコーン/育児用ミルク/食塩	米 生揚げ/豚ひき肉/じゃがいも/油/しょうゆ/ 砂糖/みりん/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/カ レー粉/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 食パン/りんご/片栗粉
30木	米 鶏もも肉/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁 はくさい/きゅうり/にんじん/食塩 カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 かぼちゃ/育児用ミルク 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 こまつな	米 鶏もも肉/しょうゆ/砂糖/みりん/うめ干し/ご ま はくさい/きゅうり/にんじん/食塩 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
31金	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 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク ブロッコリー えのきたけ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米/にんじん/食塩/しょうゆ さわら/しょうゆ/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 絹ごし豆腐/万能ねぎ/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/育児用ミルク