

2026年度 4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水				米 煮り豆腐/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 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/ごま油 キャベツ/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 いちご じゃがいも/油/食塩/あおのり
02木				米/鶏もも肉/たまねぎ/にんじん/ねぎ/卵/ かつおだし汁/しょうゆ/みりん さつまいも(皮付)/油/食塩 絹ごし豆腐/ごま油/米みそ/かつおだし汁 食パン/きな粉/砂糖
03金				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 にんじん/きゅうり/チーズ/油/酢/砂糖/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/しらす干し/しょうゆ
04土				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/しょうゆ が キャベツ/にんじん/ごま/しょうゆ/砂糖 ねぎ/焼ふ/みりん/米みそ/煮干だし汁 米/にんじん/しょうゆ
06月	米 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	米 鶏ひき肉/さつまいも/にんじん/たまねぎ/ トマトペースト/しょうゆ/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 はくさい/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/さつまいも/にんじん/たまねぎ/ トマトペースト/しょうゆ/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 はくさい/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/ かつおだし汁 きよみ 干しとうもろ/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/ 昆布だし汁	米/鶏むね肉/さつまいも(皮付)/にんじん/ たまねぎ/カレールウ/油 もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/食塩 はくさい/たまねぎ/コンソメ/食塩/しょうゆ/ かつおだし汁 きよみ 干しとうもろ/焼ふ/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/ 昆布だし汁
07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/鶏ひき肉/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 にんじん/たまねぎ/米みそ/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 きゅうり/カットわかめ/しょうゆ にんじん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚もも肉/豚ばら肉/たまねぎ/キャベツ/にんじん/ しょうゆ/しょうゆ/しょうゆ/酒 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/ごま油/ 揚げ/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 かぼちゃ/青児用ミルク
08水	食パン/青児用ミルク 絹ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 はくさい/昆布だし汁	食パン/青児用ミルク 鶏ささみ/クリームコーン/青児用ミルク/片栗粉 絹ごし豆腐/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ はるさめ/はくさい/チンゲンサイ/しょうゆ/昆布だし汁	食パン 鶏もも肉/クリームコーン/青児用ミルク 絹ごし豆腐/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ はるさめ/はくさい/チンゲンサイ/しょうゆ/昆布だし汁 米/ツナ/にんじん/しょうゆ/酒/みりん/砂糖	食パン 鶏もも肉/しょうゆ/酒/マーマレード おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/しょうゆ/ 砂糖 はるさめ/はくさい/チンゲンサイ/コンソメ/ しょうゆ/かつおだし汁 米/ツナ/にんじん/しょうゆ/酒/みりん/砂糖
09木	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁	米 鶏ささみ/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/ しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/ しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚もも肉/油/木綿豆腐/たまねぎ/ねぎ/しょうゆ/ みりん/砂糖 かぼちゃ/砂糖/かつおだし汁 えのきたけ/にんじん/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/きな粉
10金	米 かかれい/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 かかれい/米みそ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/にんじん/昆布だし汁 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 かかれい/米みそ/昆布だし汁 だいこん/にんじん/昆布だし汁 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さば/しょうゆ/米みそ/砂糖/みりん/酒 ごぼう/にんじん/ごま油/しょうゆ/砂糖/ごま油/ キャベツ/たまねぎ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 マカロニ/きな粉/砂糖
11土	米 焼ふ/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/トマトペースト/ しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/ しょうゆ ブロッコリー/にんじん/食塩 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	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 ブロッコリー/にんじん/ツナ/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 きよみ 米/かぼちゃ
13月	米 焼ふ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ だいこん/きゅうり/にんじん/食塩 なす/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 だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/マヨネーズ/ 食塩 なす/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	米/豚ひき肉/しょうゆ/しょうゆ/砂糖/みりん/ コーン だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/マヨネーズ/ 食塩 なす/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
14火	米 凍り豆腐/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米 鶏ささみ/トマトペースト/しょうゆ/片栗粉 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	米 鶏もも肉/トマトペースト/しょうゆ/片栗粉 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	米 鶏もも肉/しょうゆ/片栗粉/油/砂糖/しょうゆ/ ケチャップ/中濃ソース/ごま油/水 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/煮干だし汁 じゃがいも/バター/食塩
15水	干しうどん/昆布だし汁 焼ふ/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 かぼちゃ/昆布だし汁	干しうどん/鶏ささみ/絹ごし豆腐/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	干しうどん/鶏ささみ/絹ごし豆腐/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	干しうどん/豚もも肉/油/絹ごし豆腐/だいこん/ にんじん/ねぎ/油揚げ/しょうゆ/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 バナナ 米/ねぎ/ピーマン/にんじん/鶏ひき肉/中華あじ/食塩

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)
16木	米 凍り豆腐/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	米 鶏ささみ/だいこん/しょうゆ/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 さつまいも/青児用ミルク	米 鶏もも肉/だいこん/しょうゆ/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 さつまいも/青児用ミルク バナナ ブロッコリー	米 鶏もも肉/片栗粉/油/たまねぎ/砂糖/しょうゆ/ 酢/水 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 ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 さつまいも/青児用ミルク
17金	米 メルルーサ/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 メルルーサ/米みそ/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 絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/にんじん/青児用ミルク	米 メルルーサ/米みそ/昆布だし汁 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/しょうゆ/昆布だし汁 食パン/にんじん/青児用ミルク/片栗粉 かぼちゃ/昆布だし汁 チンゲンサイ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さわら/米みそ/しょうゆ/酒/みりん/砂糖 たけのこ/だいこん/にんじん/しょうゆ/砂糖 万能ねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 食パン/にんじん/青児用ミルク/片栗粉
18土	米 焼ふ/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 はくさい/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ トマトペースト/しょうゆ/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/食塩 はるさめ/はくさい/チンゲンサイ/しょうゆ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/鶏ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ トマトペースト/しょうゆ/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/食塩 はるさめ/はくさい/チンゲンサイ/しょうゆ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/豚もも肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ トマトペースト/しょうゆ/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/コーン/油/酢/砂糖/ 食塩 はるさめ/はくさい/チンゲンサイ/コンソメ/ しょうゆ/かつおだし汁 米/さつまいも
20月	米 かかれい/昆布だし汁/片栗粉 ごま油/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 かかれい/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/きゅうり/食塩 ごま油/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 かかれい/しょうゆ/昆布だし汁 にんじん/きゅうり/食塩 ごま油/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/あおのり/食塩 しめじ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 かかれい/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 ごま油/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 じゃがいも/あおのり/食塩
21火	食パン/青児用ミルク 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	食パン/青児用ミルク 鶏ささみ/りんご/昆布だし汁/片栗粉 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/ひじき/にんじん/しょうゆ	食パン 鶏もも肉/りんご/昆布だし汁/片栗粉 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/ひじき/にんじん/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	ハイジパン 鶏もも肉/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 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/ひじき/にんじん/しょうゆ
22水	米 メルルーサ/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 メルルーサ/青児用ミルク/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/しょうゆ たまねぎ/カットわかめ/米みそ/昆布だし汁 食パン/りんご/青児用ミルク	米 メルルーサ/青児用ミルク/片栗粉 ブロッコリー/にんじん/しょうゆ たまねぎ/カットわかめ/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/青児用ミルク/食塩	米 さわら/米みそ/みりん/砂糖 ブロッコリー/にんじん/ごま/しょうゆ/砂糖 たまねぎ/カットわかめ/しょうゆ/食塩/かつおだし汁 食パン/りんご/片栗粉
23木	米 焼ふ/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/しょうゆ 鶏ささみ/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 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かかれい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/ バナナ しめじ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	米/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/しょうゆ 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 もやし/きゅうり/にんじん/食塩 キャベツ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かかれい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/ バナナ しめじ/えのきたけ/米みそ/昆布だし汁	米/たまねぎ/にんじん/ピーマン/油/食塩/ コンソメ/ケチャップ 鶏もも肉/しょうゆ/酒/しょうゆ/米粉/油/ もやし/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/食塩 キャベツ/たまねぎ/コーン/コンソメ/食塩/ しょうゆ/かつおだし汁 米/かかれい/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ
24金	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 だいこん/昆布だし汁 ほうれんそう/昆布だし汁	米 鶏ささみ/たまねぎ/キャベツ/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 絹ごし豆腐/ほうれんそう/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/青児用ミルク 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁	米 豚もも肉/豚ばら肉/たまねぎ/キャベツ/米みそ/みりん/砂糖/酒 だいこん/きゅうり/にんじん/ツナ/マヨネーズ 絹ごし豆腐/ほうれんそう/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 かぼちゃ/青児用ミルク	米 鶏ささみ/たまねぎ/キャベツ/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 絹ごし豆腐/ほうれんそう/しょうゆ/昆布だし汁 かぼちゃ/青児用ミルク 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁
25土	米 焼ふ/昆布だし汁 かぼちゃ/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/グリーンアスパラガス/食塩 かぼちゃ/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/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ キャベツ/きゅうり/グリーンアスパラガス/食塩 かぼちゃ/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/鶏もも肉/たまねぎ/しょうゆ/みりん/砂糖 キャベツ/きゅうり/グリーンアスパラガス/油/酢/砂糖/食塩 かぼちゃ/ねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
27月	米 焼ふ/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 鶏もも肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 さつまいも/昆布だし汁 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/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	米 鶏もも肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 さつまいも/昆布だし汁 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/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	米 鶏もも肉/片栗粉/油/砂糖/しょうゆ/酢/レモン果汁/りんご/水/片栗粉 マカロニ/きゅうり/にんじん/マヨネーズ/食塩 キャベツ/にんじん/たまねぎ/食塩 米/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/しょうゆ
28火	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 だいこん/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 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/米みそ/昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖 じゃがいも えのきたけ/にんじん/しょうゆ/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 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/米みそ/昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖 じゃがいも えのきたけ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏ひき肉/たまねぎ/ねぎ/にんじん/凍り豆腐/ 片栗粉/豆乳/水/砂糖/ごま油/しょうゆ 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/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 食パン/きな粉/砂糖
30木	米 メルルーサ/昆布だし汁/片栗粉 きゅうり/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 メルルーサ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 はるさめ/きゅうり/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 さつまいも/バター	米 メルルーサ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 はるさめ/きゅうり/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 さつまいも/バター	米 メルルーサ/しょうゆ/昆布だし汁 はるさめ/きゅうり/にんじん/酢/しょうゆ/砂糖/ ごま油 木綿豆腐/なめこ/米みそ/煮干だし汁 さつまいも/バター