

2026年度 9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火		米 鶏ささみ/りんご/片栗粉 さつまいも/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/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/食塩 バナナ	米 鶏もも肉/りんご/片栗粉 さつまいも/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/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/食塩 バナナ ほうれんそう/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 さつまいも(皮付)/きゅうり/マヨネーズ 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/食塩
02水	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/にんじん/たまねぎ/トマトペースト/しょうゆ/育児用ミルク	米 絹ごし豆腐/鶏ひき肉/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/きゅうり/チーズ/食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/にんじん/たまねぎ/トマトペースト/しょうゆ/片栗粉/ピザ用チーズ じゃがいも/あおのり/食塩 えのきたけ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 豚もも肉/豚ばら肉/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 にんじん/きゅうり/チーズ/油/酢/砂糖/食塩 もやし/たまねぎ/米みそ/かつお・昆布だし汁 食パン/にんじん/たまねぎ/トマトペースト/しょうゆ/片栗粉/ピザ用チーズ
03木	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 キャベツ/きゅうり/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/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 絹ごし豆腐/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 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖 さつまいも こまつな/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/しょうが/酒 キャベツ/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/しょうゆ/うめ干し 木綿豆腐/なめこ/米みそ/煮干だし汁 マカロニ/きな粉/砂糖
04金	干しうどん/昆布だし汁 焼ふ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	干しうどん/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/キャベツ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり/にんじん/食塩 なす/しょうゆ/昆布だし汁 米/カットわかめ/食塩	干しうどん/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/キャベツ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり/にんじん/食塩 なす/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 しめじ/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/中華スープ/砂糖 きゅうり/コーン/油/酢/砂糖/食塩 たまねぎ/にんじん/コンソメ/食塩/かつおだし汁/パセリ粉 米/カットわかめ/食塩
05土	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/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ 凍り豆腐/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/ひじき/にんじん/しょうゆ	米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ/片栗粉 凍り豆腐/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/ひじき/にんじん/しょうゆ	米/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/米みそ/砂糖/みりん/片栗粉 きゅうり/カットわかめ/酢/砂糖/しょうゆ/すりごま 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
07月	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/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/きゅうり/にんじん/しょうゆ カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 干しうめ干/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/バナナ 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/片栗粉 はるさめ/きゅうり/にんじん/しょうゆ カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 干しうめ干/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 バナナ キャベツ	米 木綿豆腐/たけのこ/食塩/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 はるさめ/きゅうり/にんじん/食酢/しょうゆ/砂糖/ごま油 卵/たまねぎ/中華あじ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁/片栗粉 オレシジ 干しうめ干/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁
08火	米 焼ふ/昆布だし汁 きゅうり/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 緑豆もやし/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 米/ほうれんそう/たまねぎ/にんじん/しょうゆ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 えのきたけ/しめじ/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 もやし/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 米/ほうれんそう/たまねぎ/にんじん/しょうゆ 焼ふ/しょうゆ/昆布だし汁 えのきたけ/しめじ/米みそ/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 もやし/きゅうり/にんじん/食酢/しょうゆ/砂糖/ごま油 鶏/こま油/食塩 切り干しだいこん/たまねぎ/米みそ/煮干だし汁 米/ほうれんそう/たまねぎ/にんじん/しょうゆ
09水	米 凍り豆腐/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/きゅうり/食塩 かぼちゃ/きゅうり/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩	米 鶏もも肉/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁 かぼちゃ/きゅうり/食塩 なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 じゃがいも/バター/食塩 にんじん/カットわかめ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/しょうゆ/砂糖/みりん/うめ干し/ごま かぼちゃ/きゅうり/ゆで大豆/マヨネーズ なす/油揚げ/米みそ/煮干だし汁 じゃがいも/バター/食塩
10木	米 メルルーサ/昆布だし汁/片栗粉 だいこん/昆布だし汁 こまつな/昆布だし汁	米 メルルーサ/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 食パン/さつまいも/育児用ミルク	米 メルルーサ/しょうゆ/昆布だし汁 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 食パン/さつまいも/バター/育児用ミルク きゅうり えのきたけ/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁	米 メルルーサ/食塩/たまねぎ/マッシュルーム/マヨネーズ 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 食パン/さつまいも/バター/育児用ミルク
11金	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/たまねぎ/しょうゆ/片栗粉 キャベツ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/たまねぎ/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/にんじん/たまねぎ/しょうゆ	食パン 鶏もも肉/たまねぎ/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/にんじん/たまねぎ/しょうゆ 絹ごし豆腐/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	食パン 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/水 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/にんじん/たまねぎ/しょうゆ
12土	米 焼ふ/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/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/しょうゆ/片栗粉 だいこん/きゅうり/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	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 だいこん/きゅうり/食塩 カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ	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 だいこん/きゅうり/かにかまぼこ/マヨネーズ/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/かぼちゃ
14月	米 かれい/昆布だし汁/片栗粉 にんじん/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁	米 かれい/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 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 かれい/しょうゆ/昆布だし汁 絹ごし豆腐/ブロッコリー/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 キャベツ しめじ/にんじん/米みそ/昆布だし汁	米 かれい/しょうが/しょうゆ/砂糖 おから/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/しょうゆ/砂糖 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

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)
15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 鶏ささみ/りんご/片栗粉 もやし/きゅうり/にんじん/しょうゆ トマト/たまねぎ/絹ごし豆腐/しょうゆ/昆布だし汁 米/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/食塩	米 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 トマト/たまねぎ/絹ごし豆腐/万能ねぎ/昆布だし汁/しょうゆ/食塩/片栗粉/水/卵/ごま油 米/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/食塩 なす/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	米 鶏もも肉/しょうゆ/酒/マーメイドもやし/きゅうり/にんじん/塩こんぶ トマト/たまねぎ/絹ごし豆腐/万能ねぎ/昆布だし汁/しょうゆ/食塩/片栗粉/水/卵/ごま油 米/かぼちゃ/たまねぎ/にんじん/食塩
16水	米 焼ふ/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 キャベツ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/米みそ/片栗粉 キャベツ/きゅうり/食塩 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク	米 鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/米みそ/片栗粉 キャベツ/きゅうり/食塩 焼ふ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク バナナ ブロッコリー	米 豚もも肉/豚ばら肉/たまねぎ/にんじん/米みそ/みりん/砂糖/酒 キャベツ/ツナ/きゅうり/油/酢/砂糖/食塩 焼ふ/ねぎ/しょうゆ/食塩/かつお・昆布だし汁 さつまいも/育児用ミルク
17木	米 焼ふ/昆布だし汁 さつまいも/昆布だし汁 ほうれんそう/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 さつまいも/昆布だし汁 はくさい/ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/あおのり/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 さつまいも/昆布だし汁 はくさい/ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 食パン/あおのり/バター にんじん/もやし/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁	米 鶏もも肉/油/片栗粉/レモン果汁/砂糖/食塩/水/片栗粉/水 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 はくさい/ほうれんそう/たまねぎ/米みそ/かつおだし汁 食パン/あおのり/バター
18金	干しうどん/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	干しうどん/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり/食塩 凍り豆腐/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 米/きな粉/砂糖 じゃがいも/なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	干しうどん/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/しょうゆ/昆布だし汁 きゅうり/食塩 凍り豆腐/にんじん/しょうゆ/昆布だし汁 米/きな粉/砂糖 じゃがいも/なす/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	干しうどん/豚もも肉/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 きゅうり/酢/砂糖/食塩/ごま油 バナナ 米/きな粉/砂糖
19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 かぼちゃ/きゅうり/食塩 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/鶏ひき肉/にんじん/しょうゆ かぼちゃ/きゅうり/食塩 焼ふ/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁 米/さつまいも	米/豚肩ロース肉/たまねぎ/しょうゆ/本みりん/砂糖 かぼちゃ/きゅうり/マヨネーズ/食塩 えのきたけ/にんじん/米みそ/かつおだし汁 米/さつまいも
24木	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 鶏ささみ/しょうゆ/昆布だし汁/片栗粉 もやし/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/しらす干し/あおのり/しょうゆ	米 鶏もも肉/しょうゆ/昆布だし汁 もやし/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/しらす干し/あおのり/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/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/米粉/カレー粉/中濃ソース/ケチャップ/砂糖/コンソメ もやし/にんじん/ごま油/しょうゆ/食塩 カットわかめ/コーン/中華あじ/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
25金	米 凍り豆腐/昆布だし汁 じゃがいも/昆布だし汁 きゅうり/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 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/食塩 切り干しだいこん/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/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 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁	米 豚もも肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/しょうゆ 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/食塩 切り干しだいこん/きゅうり/にんじん/かにかまぼこ/酢/砂糖/油/食塩/ごま 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 鶏もも肉/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 切り干しだいこん/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/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 もやし/たまねぎ/米みそ/昆布だし汁
26土	米 焼ふ/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/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/しょうゆ きゅうり/にんじん/食塩 さつまいも/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ	米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/しょうゆ きゅうり/にんじん/食塩 さつまいも/たまねぎ/しょうゆ/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/にんじん/ピーマン/油/コンソメ/食塩/こしょう/ケチャップ きゅうり/にんじん/食塩 さつまいも/にんじん/マヨネーズ さつまいも(皮付)/たまねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 米/じゃがいも/にんじん/しょうゆ
28月	米 絹ごし豆腐/昆布だし汁 きゅうり/昆布だし汁 にんじん/昆布だし汁	米/にんじん/しょうゆ 鶏ささみ/育児用ミルク/バター/食塩/片栗粉 キャベツ/にんじん/もやし/しょうゆ 絹ごし豆腐/カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ 食パン さつまいも/昆布だし汁	米/にんじん/しょうゆ 鶏もも肉/育児用ミルク/バター/食塩/片栗粉 キャベツ/にんじん/もやし/しょうゆ 絹ごし豆腐/カットわかめ/たまねぎ/しょうゆ/昆布だし汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ 食パン さつまいも/昆布だし汁	米/豚ひき肉/しょうが/しょうゆ/酒/砂糖/にんじん/きゅうり/ごま油/砂糖/しょうゆ 鶏もも肉/食塩/上新粉/水/コーンフレーク/油 きゅうり/にんじん/もやし/酢/砂糖/しょうゆ/ごま油 絹ごし豆腐/カットわかめ/ねぎ/コンソメ/食塩/かつおだし汁 ヨーグルト(無糖)/バナナ 食パン
29火	米 メルルーサ/昆布だし汁/片栗粉 キャベツ/昆布だし汁 たまねぎ/昆布だし汁	米 メルルーサ/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁/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 食パン/きな粉/砂糖 かぼちゃ/昆布だし汁 しめじ/えのきたけ/しょうゆ/昆布だし汁	米 メルルーサ/しょうゆ/あおのり/昆布だし汁/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 食パン/きな粉/砂糖 かぼちゃ/昆布だし汁 しめじ/えのきたけ/しょうゆ/昆布だし汁	米 さば/しょうゆ/みりん/あおのり キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩 エリンギ/えのきたけ/しめじ/米みそ/煮干だし汁 食パン/きな粉/砂糖
30水	食パン/育児用ミルク 焼ふ/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/育児用ミルク 鶏ささみ/しょうゆ/昆布だし汁 ズッキーニ/なす/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/しょうゆ はるさめ/はくさい/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	食パン/育児用ミルク 鶏ささみ/しょうゆ/昆布だし汁 ズッキーニ/なす/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/しょうゆ はるさめ/はくさい/しょうゆ/昆布だし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ	ハイジ/パン 鶏もも肉/しょうゆ/砂糖/みりん/しょうが ズッキーニ/なす/たまねぎ/にんじん/トマトペースト/油/食塩/ケチャップ はるさめ/はくさい/コーン/中華あじ/食塩/しょうゆ/かつおだし汁 米/ひじき/にんじん/しょうゆ