

日	離乳完了期 (12~18ヶ月頃)	離乳後期 (9~11ヶ月頃)	離乳中期 (7~8ヶ月頃)	離乳初期 (5~6ヶ月頃)
1日 木	午前食 和風うどん 干しうどん(ゆで) 80.0g、鶏ひき肉15.0g、はくさい15.0g、にんじん5.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ1.0g ブロッコリーのチーズ和え ブロッコリー18.0g、粉チーズ0.5g バナナ バナナ30.0g	和風うどん 干しうどん(ゆで) 72.0g、鶏ひき肉13.5g、はくさい13.5g、にんじん4.5g、昆布だし汁72.0g、しょうゆ0.9g ブロッコリーのチーズ和え ブロッコリー16.2g、粉チーズ0.5g バナナ バナナ27.0g	和風うどん 干しうどん(ゆで) 57.6g、鶏ひき肉10.8g、はくさい10.8g、にんじん3.6g、昆布だし汁57.6g、しょうゆ0.7g ブロッコリーのチーズ和え ブロッコリー13.0g、粉チーズ0.4g バナナ バナナ21.6g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g ブロッコリー ブロッコリー7.2g 白菜のスープ はくさい15.0g 昆布だし汁30.0g
	午後食 にんじんとしらすのおにぎり 米25.0g、にんじん3.5g、しらす干し3.0g かぶのりおにぎり かぶ・葉30.0g、あおのり0.2g	にんじんとしらす粥 米22.5g、にんじん3.2g、しらす干し2.7g かぶのりおにぎり かぶ・葉27.0g、あおのり0.2g	にんじんとしらす粥 米18.0g、にんじん2.5g、しらす干し2.2g かぶのりおにぎり かぶ21.0g、あおのり0.1g	
2日 金	午前食 食パン 食パン37.5g 豆腐ハンバーグ 絹ごし豆腐50.0g、にんじん5.0g、パン粉5.0g、油1.0g、砂糖0.5g、しょうゆ1.0g、片栗粉1.0g スティック野菜 きゅうり20.0g、にんじん10.0g 白菜のスープ はくさい115.0g、昆布だし汁80.0g	パン粥 食パン33.8g、育児用ミルク0.5g 豆腐ハンバーグ 絹ごし豆腐45.0g、にんじん4.5g、パン粉4.5g、油0.9g、砂糖0.5g、しょうゆ0.9g、片栗粉0.9g スティック野菜 きゅうり18.0g、にんじん9.0g 白菜のスープ はくさい13.5g、昆布だし汁72.0g	パン粥 食パン27.0g、育児用ミルク0.4g 豆腐のあんかけ 絹ごし豆腐36.0g、にんじん3.6g、砂糖0.4g、しょうゆ0.7g、昆布だし汁30.0g、片栗粉0.7g 二色野菜 きゅうり14.4g、にんじん7.2g 白菜のスープ はくさい10.8g、昆布だし汁57.6g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 豆腐 絹ごし豆腐15.0g 人参のスープ にんじん7.2g 昆布だし汁30.0g
	午後食 ささみと野菜のみそごはん 米25.0g、鶏ささみ10.0g、にんじん5.0g、キャベツ8.0g、白みそ1.0g さつま芋の煮物 さつま芋30.0g	ささみと野菜のみそおじや 米22.5g、鶏ささみ9.0g、にんじん4.5g、キャベツ7.2g、白みそ0.9g さつま芋の煮物 さつま芋27.0g	ささみと野菜のみそおじや 米18.0g、鶏ささみ7.2g、にんじん3.6g、キャベツ5.8g、白みそ0.7g さつま芋の煮物 さつま芋21.6g	
3日 土	午前食 たきこみ御飯 米25.0g、鶏ひき肉10.0g、にんじん5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g、グリーンピース(冷凍)2.0g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ15.0g、昆布だし汁80.0g、白みそ(淡色辛みそ)0.5g	たきこみ粥 米22.5g、鶏ひき肉9.0g、にんじん4.5g、キャベツ7.2g、しょうゆ0.9g、グリーンピース(冷凍)1.8g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ13.5g、昆布だし汁72.0g、白みそ(淡色辛みそ)0.5g	たきこみ粥 米18.0g、鶏ひき肉7.2g、にんじん3.6g、キャベツ5.8g、しょうゆ0.7g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ10.8g、昆布だし汁57.6g、白みそ(淡色辛みそ)0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g にんじん にんじん15.0g キャベツのスープ キャベツ7.2g
	午後食 きな粉サンド 食パン30.0g、きな粉3.0g、砂糖1.0g、片栗粉0.0g キャベツのお浸し キャベツ30.0g	きな粉パン粥 食パン27.0g、きな粉2.7g、育児用ミルク0.5g キャベツのお浸し キャベツ27.0g	きな粉パン粥 食パン21.6g、きな粉2.2g、育児用ミルク0.4g キャベツのお浸し キャベツ21.6g	
5日 月	午前食 しらすと野菜ごはん 米25.0g、キャベツ10.0g、いんげん3.5g、しらす干し5.0g 大根煮 だいこん30.0g、昆布だし汁20.0g、しょうゆ0.5g お麩と玉ねぎのみそ汁 たまねぎ15.0g、焼豆5.0g、昆布だし汁80.0g、白みそ(淡色辛みそ)0.5g	しらすと野菜粥 米22.5g、キャベツ9.0g、いんげん3.2g、しらす干し4.5g 大根煮 だいこん27.0g、昆布だし汁18.0g、しょうゆ0.5g お麩と玉ねぎのみそ汁 たまねぎ13.5g、焼豆0.5g、昆布だし汁72.0g、白みそ(淡色辛みそ)0.5g	しらすと野菜粥 米18.0g、キャベツ7.2g、いんげん2.5g、しらす干し3.6g 大根煮 だいこん21.6g、昆布だし汁14.4g、しょうゆ0.4g お麩と玉ねぎのみそ汁 たまねぎ10.8g、焼豆0.4g、昆布だし汁57.6g、白みそ(淡色辛みそ)0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 大根 だいこん15.0g キャベツのスープ キャベツ7.2g 昆布だし汁30.0g
	午後食 チーズお焼き 米20.0g、粉チーズ1.0g、あおのり0.2g、油0.5g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g	青のりチーズリゾット 米18.0g、粉チーズ0.9g、あおのり0.2g じゃがいもの煮物 じゃがいも27.0g	青のりチーズリゾット 米14.4g、粉チーズ0.7g、あおのり0.1g じゃがいもの煮物 じゃがいも21.6g	
6日 火	午前食 軟飯 軟飯80.0g 炒り豆腐 絹ごし豆腐40.0g、鶏ひき肉10.0g、にんじん10.0g、たまねぎ10.0g、グリーンピース(水煮缶詰)5.0g、油1.0g、しょうゆ1.0g、三温糖0.3g 南瓜の甘煮 かぼちゃ30.0g 大根のみそ汁 だいこん10.0g、昆布だし汁80.0g、白みそ(淡色辛みそ)0.5g りんご りんご25.0g	全粥 全粥80.0g 炒り豆腐 絹ごし豆腐36.0g、鶏ひき肉9.0g、にんじん9.0g、たまねぎ9.0g、グリーンピース(水煮缶詰)4.5g、油0.9g、しょうゆ0.9g、三温糖0.3g 南瓜の甘煮 かぼちゃ27.0g 大根のみそ汁 だいこん9.0g、昆布だし汁72.0g、白みそ(淡色辛みそ)0.5g りんご りんご22.5g	五分粥 五分粥60.0g 豆腐の野菜あんかけ 絹ごし豆腐28.8g、鶏ひき肉7.2g、にんじん7.2g、たまねぎ7.2g、しょうゆ0.7g、三温糖0.2g、片栗粉1.0g 南瓜の甘煮 かぼちゃ21.6g 大根のみそ汁 だいこん7.2g、昆布だし汁57.6g、白みそ(淡色辛みそ)0.4g りんご りんご18.0g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 豆腐 絹ごし豆腐15.0g 南瓜のスープ かぼちゃ15.0g 昆布だし汁30.0g
	午後食 さつま芋の茶巾しぼり さつま芋60.0g、りんご20.0g、砂糖1.0g、干しほうとう3.0g 白菜のお浸し はくさい30.0g	さつま芋の茶巾しぼり さつま芋54.0g、りんご18.0g、砂糖0.9g、干しほうとう2.7g 白菜のお浸し はくさい27.0g	さつま芋の茶巾しぼり さつま芋43.2g、りんご14.4g、砂糖0.7g 白菜のお浸し はくさい21.6g	
7日 水	午前食 軟飯 軟飯80.0g 白身魚のおろし煮 かれい25.0g、かぶ15.0g、しょうゆ1.0g 小松菜のお浸し こまつな30.0g わかめと玉ねぎのみそ汁 カットわかめ0.8g、たまねぎ15.0g、昆布だし汁80.0g、白みそ(淡色辛みそ)0.5g	全粥 全粥80.0g 白身魚のおろし煮 かれい22.5g、かぶ13.5g、しょうゆ0.9g 小松菜のお浸し こまつな27.0g わかめと玉ねぎのみそ汁 カットわかめ0.7g、たまねぎ13.5g、昆布だし汁72.0g、白みそ(淡色辛みそ)0.5g	五分粥 五分粥60.0g 白身魚のおろし煮 かれい18.0g、かぶ10.8g、しょうゆ0.7g 小松菜のお浸し こまつな21.6g わかめと玉ねぎのみそ汁 カットわかめ0.6g、たまねぎ10.8g、昆布だし汁57.6g、白みそ(淡色辛みそ)0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 白身魚 かれい15.0g 小松菜のスープ こまつな15.0g 昆布だし汁30.0g
	午後食 チーズサンド 食パン25.0g、スライスチーズ5.0g にんじんの甘煮 にんじん30.0g	チーズパン粥 食パン22.0g、スライスチーズ4.5g、育児用ミルク0.5g にんじんの甘煮 にんじん27.0g	チーズパン粥 食パン17.6g、スライスチーズ3.6g、育児用ミルク0.4g にんじんの甘煮 にんじん21.6g	
8日 木	午前食 食パン 食パン40.0g 肉団子のホクホク煮 鶏ひき肉15.0g、じゃがいも15.0g、かぶ・葉15.0g、にんじん5.0g、しょうゆ1.0g ココロポテト じゃがいも25.0g、きゅうり10.0g キャベツのスープ キャベツ15.0g、昆布だし汁80.0g	食パン 食パン36.0g、育児用ミルク0.5g 肉団子のホクホク煮 鶏ひき肉13.5g、じゃがいも13.5g、かぶ・葉13.5g、にんじん4.5g、しょうゆ0.9g ココロポテト じゃがいも22.5g、きゅうり9.0g キャベツのスープ キャベツ13.5g、昆布だし汁72.0g	食パン 食パン28.8g、育児用ミルク0.4g 肉団子のホクホク煮 鶏ひき肉10.8g、じゃがいも10.8g、かぶ・葉10.8g、にんじん3.6g、しょうゆ0.7g マッシュポテト じゃがいも18.0g、きゅうり7.2g キャベツのスープ キャベツ10.8g、昆布だし汁57.6g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g かぶ かぶ15.0g じゃがいものスープ じゃがいも7.2g 昆布だし汁30.0g
	午後食 人参とわかめおにぎり 米25.0g、炊き込みわかめ0.5g、にんじん3.0g 茹でブロッコリー ブロッコリー15.0g	人参とわかめ粥 米22.5g、炊き込みわかめ0.5g、にんじん2.7g 茹でブロッコリー ブロッコリー13.5g	人参とわかめ粥 米18.0g、炊き込みわかめ0.4g、にんじん2.2g 茹でブロッコリー ブロッコリー10.8g	

日	離乳完了期 (12~18ヶ月頃)	離乳後期 (9~11ヶ月頃)	離乳中期 (7~8ヶ月頃)	離乳初期 (5~6ヶ月頃)
9日 金	午前食 軟飯 軟飯80.0g 秋野菜のけんちん煮 絹ごし豆腐40.0g、なす20.0g、たまねぎ10.0g、にんじん5.0g、しょうゆ1.0g、昆布だし汁30.0g、片栗粉0.8g キャベツのお浸し キャベツ30.0g 白菜のみそ汁 はくさい15.0g、昆布だし汁80.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g	全粥 全粥80.0g 秋野菜のけんちん煮 絹ごし豆腐36.0g、なす18.0g、たまねぎ9.0g、にんじん4.5g、しょうゆ0.9g、昆布だし汁27.0g、片栗粉0.7g キャベツのお浸し キャベツ27.0g 白菜のみそ汁 はくさい13.5g、昆布だし汁72.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g	五分粥 五分粥60.0g 秋野菜のけんちん煮 絹ごし豆腐28.8g、なす14.4g、たまねぎ7.2g、にんじん3.6g、しょうゆ0.7g、昆布だし汁21.6g、片栗粉0.6g キャベツのお浸し キャベツ21.6g 白菜のみそ汁 はくさい10.8g、昆布だし汁57.6g、みそ(淡色辛みそ) 0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 豆腐 絹ごし豆腐15.0g 白菜のスープ はくさい15.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 ささみと野菜のごはん 米25.0g、鶏ささみ10.0g、ほうれんそう8.0g、しょうゆ1.0g かぶと人参の煮物 かぶ・葉30.0g、にんじん10.0g	ささみと野菜のおじや 米22.5g、鶏ささみ9.0g、ほうれんそう7.2g、しょうゆ0.9g かぶと人参の煮物 かぶ・葉27.0g、にんじん9.0g	ささみと野菜のおじや 米18.0g、鶏ささみ7.2g、ほうれんそう5.8g、しょうゆ0.7g かぶと人参の煮物 かぶ21.0g、にんじん7.2g	
10日 土	午前食 五目あんかけ丼 米25.0g、鶏ひき肉18.8g、はくさい20.0g、たまねぎ10.0g、にんじん3.5g、昆布だし汁45.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉1.1g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g しらすの雑炊 五分がゆ(精白米) 65.0g、キャベツ7.0g、にんじん5.0g、しらす干し3.0g さつま芋とかぼちゃ さつま芋20.0g、日本かぼちゃ20.0g	五目あんかけ粥丼 米22.5g、鶏ひき肉16.9g、はくさい18.0g、たまねぎ9.0g、にんじん3.2g、昆布だし汁40.5g、しょうゆ0.9g、片栗粉1.0g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ9.0g、昆布だし汁72.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g しらすの雑炊 五分がゆ(精白米) 58.5g、キャベツ6.3g、にんじん4.5g、しらす干し2.7g さつま芋とかぼちゃ さつま芋18.0g、日本かぼちゃ18.0g	五目あんかけ粥丼 米18.0g、鶏ひき肉13.5g、はくさい14.4g、たまねぎ7.2g、にんじん2.5g、昆布だし汁32.4g、しょうゆ0.7g、片栗粉0.8g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ7.2g、昆布だし汁57.6g、みそ(淡色辛みそ) 0.4g しらすの雑炊 五分がゆ(精白米) 46.8g、キャベツ5.0g、にんじん3.6g、しらす干し2.2g さつま芋とかぼちゃ さつま芋14.4g、日本かぼちゃ14.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g にんじん にんじん15.0g 白菜のスープ はくさい7.2g、昆布だし汁30.0g
	午後食 麻婆丼 米25.0g、鶏ひき肉15.0g、絹ごし豆腐40.0g、たまねぎ5.0g、しょうゆ1.0g、みそ(淡色辛みそ) 1.0g、砂糖0.5g、片栗粉2.0g スティック野菜 きゅうり20.0g、にんじん10.0g わかめと玉ねぎのみそ汁 カットわかめ0.8g、たまねぎ15.0g、昆布だし汁80.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g にゅうめん 干しとうもろこし35.0g、鶏ひき肉10.0g、はくさい10.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ1.0g バナナ バナナ30.0g	麻婆粥丼 米22.5g、鶏ひき肉13.5g、絹ごし豆腐0.0g、たまねぎ4.5g、しょうゆ0.9g、みそ(淡色辛みそ) 0.9g、砂糖0.5g、片栗粉1.8g スティック野菜 きゅうり18.0g、にんじん9.0g わかめと玉ねぎのみそ汁 カットわかめ0.7g、たまねぎ13.5g、昆布だし汁72.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g にゅうめん 干しとうもろこし31.5g、鶏ひき肉9.0g、はくさい9.0g、たまねぎ4.5g、昆布だし汁72.0g、しょうゆ0.9g バナナ バナナ27.0g	麻婆粥丼 米18.0g、鶏ひき肉10.8g、絹ごし豆腐0.0g、たまねぎ3.6g、しょうゆ0.7g、みそ(淡色辛みそ) 0.7g、砂糖0.4g、片栗粉1.4g 二色野菜 きゅうり14.4g、にんじん7.2g わかめと玉ねぎのみそ汁 カットわかめ0.6g、たまねぎ10.8g、昆布だし汁57.6g、みそ(淡色辛みそ) 0.4g にゅうめん 干しとうもろこし25.2g、鶏ひき肉7.2g、はくさい7.2g、たまねぎ3.6g、昆布だし汁57.6g、しょうゆ0.7g バナナ バナナ21.6g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 豆腐 絹ごし豆腐15.0g にんじんのスープ にんじん15.0g、昆布だし汁30.0g
12日 月	午前食 食パン 食パン40.0g 肉団子のトマト煮 鶏ひき肉20.0g、じゃがいも20.0g、たまねぎ20.0g、トマト5.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g きゃべつのスープ キャベツ15.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g	パン粥 食パン36.0g、育児用ミルク0.5g 肉団子のトマト煮 鶏ひき肉18.0g、じゃがいも18.0g、たまねぎ18.0g、トマト4.5g じゃがいもの煮物 じゃがいも27.0g きゃべつのスープ キャベツ13.5g、昆布だし汁72.0g、しょうゆ0.5g	パン粥 食パン28.8g、育児用ミルク0.4g 肉団子のトマト煮 鶏ひき肉14.4g、じゃがいも14.4g、たまねぎ14.4g、トマト3.6g じゃがいもの煮物 じゃがいも21.6g きゃべつのスープ キャベツ10.8g、昆布だし汁57.6g、しょうゆ0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも15.0g きゃべつのスープ キャベツ7.2g、昆布だし汁30.0g
	午後食 ひじきごはん 米25.0g、鶏ひき肉10.0g、にんじん5.0g、ひじき1.0g、しょうゆ0.5g、クミンペース(冷凍) 2.0g 小松菜のお浸し こまつな30.0g	ひじき粥 米22.5g、鶏ひき肉9.0g、にんじん4.5g、ひじき0.9g、しょうゆ0.5g、クミンペース(冷凍) 1.8g 小松菜のお浸し こまつな27.0g	ひじき粥 米18.0g、鶏ひき肉7.2g、にんじん3.6g、ひじき0.7g、しょうゆ0.4g、クミンペース(冷凍) 1.4g 小松菜のお浸し こまつな21.6g	
13日 火	午前食 軟飯 軟飯80.0g 白身魚の野菜あんかけ かれい25.0g、昆布だし汁0.0g、はくさい15.0g、たまねぎ5.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉2.0g トマト トマト40.0g 大根のみそ汁 だいこん10.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g	全粥 全粥80.0g 白身魚の野菜あんかけ かれい22.5g、昆布だし汁0.0g、はくさい13.5g、たまねぎ4.5g、しょうゆ0.9g、片栗粉1.8g トマト トマト36.0g 大根のみそ汁 だいこん9.0g、たまねぎ4.5g、昆布だし汁72.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g	五分粥 五分粥60.0g 白身魚の野菜あんかけ かれい18.0g、昆布だし汁0.0g、はくさい10.8g、たまねぎ3.6g、しょうゆ0.7g、片栗粉1.4g トマト トマト28.8g 大根のみそ汁 だいこん7.2g、たまねぎ3.6g、昆布だし汁57.6g、みそ(淡色辛みそ) 0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 白身魚 かれい15.0g トマトのスープ トマト15.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 しらすごはんお焼き 米25.0g、しらす干し5.0g、あおのり0.3g、粉チーズ1.0g、しょうゆ0.0g、油1.0g りんご りんご30.0g	しらすチーズリゾット 米22.5g、しらす干し4.5g、あおのり0.2g、粉チーズ0.9g りんご りんご27.0g	しらすチーズリゾット 米18.0g、しらす干し3.6g、あおのり0.2g、粉チーズ0.7g りんご りんご21.6g	
14日 水	午前食 軟飯 軟飯80.0g 白身魚の野菜あんかけ かれい25.0g、昆布だし汁0.0g、はくさい15.0g、たまねぎ5.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉2.0g トマト トマト40.0g 大根のみそ汁 だいこん10.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g	全粥 全粥80.0g 白身魚の野菜あんかけ かれい22.5g、昆布だし汁0.0g、はくさい13.5g、たまねぎ4.5g、しょうゆ0.9g、片栗粉1.8g トマト トマト36.0g 大根のみそ汁 だいこん9.0g、たまねぎ4.5g、昆布だし汁72.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g	五分粥 五分粥60.0g 白身魚の野菜あんかけ かれい18.0g、昆布だし汁0.0g、はくさい10.8g、たまねぎ3.6g、しょうゆ0.7g、片栗粉1.4g トマト トマト28.8g 大根のみそ汁 だいこん7.2g、たまねぎ3.6g、昆布だし汁57.6g、みそ(淡色辛みそ) 0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 白身魚 かれい15.0g トマトのスープ トマト15.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 しらすごはんお焼き 米25.0g、しらす干し5.0g、あおのり0.3g、粉チーズ1.0g、しょうゆ0.0g、油1.0g りんご りんご30.0g	しらすチーズリゾット 米22.5g、しらす干し4.5g、あおのり0.2g、粉チーズ0.9g りんご りんご27.0g	しらすチーズリゾット 米18.0g、しらす干し3.6g、あおのり0.2g、粉チーズ0.7g りんご りんご21.6g	
15日 木	午前食 あんかけうどん うどん25.0g、鶏ひき肉15.0g、はくさい10.0g、にんじん5.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉2.0g 大根のみそ煮 だいこん30.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g バナナ バナナ30.0g	あんかけうどん うどん22.5g、鶏ひき肉13.5g、はくさい9.0g、にんじん4.5g、たまねぎ4.5g、昆布だし汁72.0g、しょうゆ0.9g、片栗粉1.8g 大根のみそ煮 だいこん27.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g バナナ バナナ27.0g	あんかけうどん うどん18.0g、鶏ひき肉10.8g、はくさい7.2g、にんじん3.6g、たまねぎ3.6g、昆布だし汁57.6g、しょうゆ0.7g、片栗粉1.4g 大根のみそ煮 だいこん21.6g、みそ(淡色辛みそ) 0.4g バナナ バナナ21.6g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 大根 だいこん15.0g 白菜のスープ はくさい7.2g、昆布だし汁30.0g
	午後食 さつま芋ごはん 米25.0g、さつま芋10.0g、昆布だし汁0.0g 鶏ささみときゃべつ煮物 鶏ささ身10.0g、キャベツ20.0g、昆布だし汁30.0g	さつま芋粥 米22.5g、さつま芋9.0g、昆布だし汁0.0g 鶏ささみときゃべつ煮物 鶏ささ身9.0g、キャベツ18.0g、昆布だし汁27.0g	さつま芋粥 米18.0g、さつま芋7.2g、昆布だし汁0.0g 鶏ささみときゃべつ煮物 鶏ささ身7.2g、キャベツ14.4g、昆布だし汁21.6g	
16日 金	午前食 鶏そぼろと野菜のごはん 米25.0g、鶏ひき肉15.0g、にんじん5.0g、いんげん5.0g、しょうゆ1.0g 小松菜のお浸し こまつな30.0g 大根のみそ汁 だいこん10.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g	鶏そぼろと野菜のおじや 米22.5g、鶏ひき肉13.5g、にんじん4.5g、いんげん4.5g、しょうゆ0.9g 小松菜のお浸し こまつな27.0g 大根のみそ汁 だいこん9.0g、たまねぎ4.5g、昆布だし汁72.0g、みそ(淡色辛みそ) 0.5g	鶏そぼろと野菜のおじや 米18.0g、鶏ひき肉10.8g、にんじん3.6g、いんげん3.6g、しょうゆ0.7g 小松菜のお浸し こまつな21.6g 大根のみそ汁 だいこん7.2g、たまねぎ3.6g、昆布だし汁57.6g、みそ(淡色辛みそ) 0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g 小松菜 こまつな15.0g 大根のスープ だいこん7.2g、昆布だし汁30.0g
	午後食 かぼちゃペーストサンド 食パン30.0g、かぼちゃ15.0g、三温糖0.4g かぶのグラッセ かぶ・葉30.0g、バター1.0g	かぼちゃパン粥 食パン27.0g、かぼちゃ13.5g、育児用ミルク0.5g かぶのグラッセ かぶ・葉27.0g、バター0.9g	かぼちゃパン粥 食パン21.6g、かぼちゃ10.8g、育児用ミルク0.4g かぶのグラッセ かぶ21.6g、バター0.7g	