

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)
26日 月 午前食	味噌煮込みうどん 干しうどん35.0g、鶏ひき肉15.0g、にんじん5.0g、だいこん15.0g、昆布だし汁80.0g、米みそ(淡色辛みそ) 0.5g	味噌煮込みうどん 干しうどん31.5g、鶏ひき肉13.5g、にんじん4.5g、だいこん13.5g、昆布だし汁72.0g、米みそ(淡色辛みそ) 0.5g	味噌煮込みうどん 干しうどん25.2g、鶏ひき肉10.8g、にんじん3.6g、だいこん10.8g、昆布だし汁57.6g、米みそ(淡色辛みそ) 0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g さつまいも さつまいも15.0g にんじんのスープ にんじん7.2g 昆布だし汁30.0g
	さつまいもの甘煮 さつまいも30.0g バナナ バナナ30.0g	さつまいもの甘煮 さつまいも27.0g バナナ バナナ27.0g	さつまいもの甘煮 さつまいも21.6g バナナ バナナ21.6g	
午後食	チーズおかおにぎり 米25.0g、チーズ3.5g、しょうゆ1.0g、かつお節0.7g キャベツのお浸し キャベツ30.0g	チーズおかお粥 米22.5g、チーズ3.2g、しょうゆ0.9g、かつお節0.6g キャベツのお浸し キャベツ27.0g	チーズおかお粥 米18.0g、チーズ2.5g、しょうゆ0.7g、かつお節0.5g キャベツのお浸し キャベツ21.6g	
27日 火 午前食	軟飯 軟飯80.0g 肉じゃが 鶏ひき肉15.0g、じゃがいも30.0g、にんじん10.0g、しょうゆ1.0g、グリーンピース(冷凍) 3.0g 茹でブロッコリー ブロッコリー15.0g 玉ねぎとお麩のみそ汁 焼酎(庫ふ) 1.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、米みそ(淡色辛みそ) 0.5g	全粥 全粥80.0g 肉じゃが 鶏ひき肉13.5g、じゃがいも27.0g、にんじん9.0g、しょうゆ0.9g、グリーンピース(冷凍) 2.7g 茹でブロッコリー ブロッコリー13.5g 玉ねぎとお麩のみそ汁 焼酎(庫ふ) 0.9g、たまねぎ9.0g、昆布だし汁72.0g、米みそ(淡色辛みそ) 0.5g	五分粥 五分粥60.0g 肉じゃが 鶏ひき肉10.8g、じゃがいも21.6g、にんじん7.2g、しょうゆ0.7g 茹でブロッコリー ブロッコリー10.8g 玉ねぎとお麩のみそ汁 焼酎(庫ふ) 0.7g、たまねぎ7.2g、昆布だし汁57.6g、米みそ(淡色辛みそ) 0.4g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g ブロッコリー ブロッコリー12.0g じゃが芋のスープ じゃがいも7.2g 昆布だし汁30.0g
	午後食	きな粉サンド 食パン20.0g、きな粉3.0g、砂糖1.0g、片栗粉0.0g かぶのグラッセ かぶ・葉30.0g、バター0.5g	きな粉パン粥 食パン18.0g、きな粉2.7g、育児用ミルク0.5g かぶのグラッセ かぶ・葉27.0g、バター0.4g	きな粉パン粥 食パン14.4g、きな粉2.2g、育児用ミルク0.4g かぶのグラッセ かぶ21.0g、バター0.1g
28日 水 午前食	豆腐のあんかけごはん 米25.0g、絹ごし豆腐45.0g、鶏ひき肉10.0g、たまねぎ10.0g、食塩0.1g、昆布だし汁30.0g、片栗粉0.7g ひじきの煮物 ひじき3.0g、にんじん15.0g、砂糖0.5g、しょうゆ1.0g、いんげん3.0g 大根のみそ汁 だいこん10.0g、昆布だし汁80.0g、米みそ(淡色辛みそ) 0.5g	豆腐のあんかけ粥 米22.5g、絹ごし豆腐40.5g、鶏ひき肉9.0g、たまねぎ9.0g、食塩0.1g、昆布だし汁27.0g、片栗粉0.6g ひじきの煮物 ひじき2.7g、にんじん13.5g、砂糖0.5g、しょうゆ0.9g、いんげん2.7g 大根のみそ汁 だいこん9.0g、昆布だし汁72.0g、米みそ(淡色辛みそ) 0.5g	豆腐のあんかけ粥 米18.0g、絹ごし豆腐32.4g、鶏ひき肉7.2g、たまねぎ7.2g、食塩0.1g、昆布だし汁21.6g、片栗粉0.5g ひじきの煮物 ひじき2.2g、にんじん10.8g、砂糖0.4g、しょうゆ0.7g、いんげん2.2g 大根のみそ汁 だいこん7.2g、昆布だし汁57.6g、米みそ(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 大根のスープ だいこん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 スティック野菜 きゅうり10.0g、にんじん20.0g	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 スティック野菜 きゅうり9.0g、にんじん18.0g	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 二色野菜 きゅうり7.2g、にんじん14.4g
29日 木 午前食	食パン 食パン35.0g たいのチーズソテー たい25.0g、小麦粉3.0g、スライスチーズ5.0g、油1.0g かぶの煮物 かぶ・葉30.0g キャベツのスープ キャベツ15.0g、昆布だし汁60.0g、食塩0.0g	パン粥 食パン31.5g、育児用ミルク0.5g たいのチーズ風煮 たい22.5g、スライスチーズ4.5g、片栗粉0.9g、昆布だし汁 かぶの煮物 かぶ・葉27.0g キャベツのスープ キャベツ13.5g、昆布だし汁54.0g、食塩0.0g	パン粥 食パン25.2g、育児用ミルク0.4g たいのチーズ風煮 たい18.0g、スライスチーズ3.6g、片栗粉0.7g、昆布だし汁 かぶの煮物 かぶ21.0g キャベツのスープ キャベツ10.8g、昆布だし汁43.2g、食塩0.0g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g たい たい15.0g かぶのスープ かぶ15.0g 昆布だし汁30.0g
	午後食	チキンライス 米25.0g、鶏ひき肉15.0g、たまねぎ10.0g、にんじん8.0g、ケチャップ1.0g 南瓜の甘煮 かぼちゃ30.0g	チキンリゾット 米22.5g、鶏ひき肉13.5g、たまねぎ9.0g、にんじん7.2g、ケチャップ0.9g 南瓜の甘煮 かぼちゃ27.0g	チキンリゾット 米18.0g、鶏ひき肉10.8g、たまねぎ7.2g、にんじん5.8g、ケチャップ0.7g 南瓜の甘煮 かぼちゃ21.6g
30日 金 午前食	ささみと野菜のごはん 米25.0g、鶏ささみ15.0g、にんじん5.0g、キャベツ8.0g、しょうゆ1.0g 茹でブロッコリー ブロッコリー15.0g 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、米みそ(淡色辛みそ) 0.5g みかん みかん40.0g	ささみと野菜のおじや 米22.5g、鶏ささみ13.5g、にんじん4.5g、キャベツ7.2g、しょうゆ0.9g 茹でブロッコリー ブロッコリー13.5g 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、米みそ(淡色辛みそ) 0.5g みかん みかん36.0g	ささみと野菜のおじや 米18.0g、鶏ささみ10.8g、にんじん3.6g、キャベツ5.8g、しょうゆ0.7g 茹でブロッコリー ブロッコリー10.8g 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、米みそ(淡色辛みそ) 0.4g みかん みかん28.8g	10倍すりつぶし粥 お粥30.0g ブロッコリー ブロッコリー15.0g にんじんのスープ にんじん7.2g 昆布だし汁30.0g
	午後食	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ60.0g、干しぶどう2.0g、砂糖1.0g 白菜としらすの和え物 はくさい30.0g、しらす干し5.0g	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ54.0g、干しぶどう1.8g、砂糖0.9g 白菜としらすの和え物 はくさい27.0g、しらす干し4.5g	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ43.2g、干しぶどう1.4g、砂糖0.7g 白菜としらすの和え物 はくさい21.6g、しらす干し3.6g
31日 土 午前食	あんかけうどん 干しうどん40.0g、鶏ひき肉15.0g、はくさい30.0g、にんじん15.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉2.0g じゃがいもの煮物 じゃがいも30.0g バナナ バナナ30.0g	あんかけうどん 干しうどん36.0g、鶏ひき肉13.5g、はくさい27.0g、にんじん13.5g、たまねぎ4.5g、昆布だし汁72.0g、しょうゆ0.9g、片栗粉1.8g じゃがいもの煮物 じゃがいも27.0g バナナ バナナ27.0g	あんかけうどん 干しうどん28.8g、鶏ひき肉10.8g、はくさい21.6g、にんじん10.8g、たまねぎ3.6g、昆布だし汁57.6g、しょうゆ0.7g、片栗粉1.4g じゃがいもの煮物 じゃがいも21.6g バナナ バナナ21.6g	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	ツナと人参のごはん 米25.0g、ツナ水煮缶10.0g、にんじん5.0g 白菜のりしらす はくさい30.0g、あおのり0.5g	ツナと人参のお粥 米22.5g、ツナ水煮缶9.0g、にんじん4.5g 白菜のりしらす はくさい27.0g、あおのり0.5g	人参のお粥 米18.0g、にんじん3.6g 白菜のりしらす はくさい21.6g、あおのり0.4g