1月

離乳食	曜日	後期（9～11ヶ月）		中期（7～8ヶ月）		初期（5～6ヶ月）	
		昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧
1	土	元日					
2	日	保育園お休み					
3	月	保育園お休み					
4	火	お弁当ご協力日 保育始め					
5	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 大根と人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・大根・人参・れんこん・大根葉・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 大根と人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・大根・人参・大根葉・味噌	かゆペースト 白糸タラ・玉ねぎ・大根葉ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・大根葉・大根・人参
6	木	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 人参サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・玉ねぎ・ソーメン	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 人参サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・玉ねぎ・ソーメン	かゆペースト キャベツ・小松菜ペースト 人参・玉ねぎペースト	おかゆ・キャベツ・小松菜・人参・玉ねぎ
7	金	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 白菜の玉子とじ煮 みそ汁・フルーツ（バナナ）	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・ピーマン・玉子・砂糖・醤油・もやし・豆腐・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 白菜の玉子とじ煮 みそ汁・フルーツ（バナナ）	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・白菜・ピーマン・玉子・砂糖・醤油・豆腐・味噌・バナナ	かゆペースト 助宗タラ・人参ペースト 白菜・豆腐ペースト バナナペースト	おかゆ・スケソウタラ・人参・白菜・豆腐・バナナ
8	土	お弁当日					
9	日	保育園お休み					
10	月	成人の日					
11	火	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 豚肉と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・豚肉・人参・砂糖・醤油・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・鶏肉・人参・砂糖・醤油・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 助宗タラ・キャベツペースト 人参・玉ねぎペースト フルーツ（オレンジ）	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・人参・玉ねぎ・オレンジ
12	水	かゆ カラスカレイとじゃが芋のほくほく煮 豚肉と白菜のやわらか煮 フルーツ（りんご）	おかゆ・カラスカレイ・じゃが芋・出し汁・豚肉・白菜・人参・砂糖・醤油・りんご	かゆ カラスカレイとじゃが芋のほくほく煮 鶏肉と白菜のやわらか煮 フルーツ（りんご）	おかゆ・カラスカレイ・じゃが芋・出し汁・鶏肉・白菜・人参・砂糖・醤油・りんご	かゆペースト カラスカレイ・じゃが芋ペースト 白菜・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・カラスカレイ・じゃが芋・白菜・人参・りんご
13	木	人参かゆ 白糸タラのトマト煮 豚肉とさつま芋のやわらか煮 フルーツ（みかん）	おかゆ・人参・シロイトタラ・トマト・れんこん・水・精製塩・豚肉・さつま芋・ピーマン・出し汁・砂糖・醤油・みか	人参かゆ 白糸タラのトマト煮 鶏肉とさつま芋のやわらか煮 フルーツ（みかん）	おかゆ・人参・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・鶏肉・さつま芋・ピーマン・出し汁・砂糖・醤油・みかん	人参かゆペースト 白糸タラ・トマトペースト さつま芋ペースト フルーツ（みかん）	おかゆ・人参・シロイトタラ・トマト・さつま芋・みかん
14	金	かゆ 豚肉のトマト煮 白菜のサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・コーン・人参・バナナ	かゆ 鶏肉のトマト煮 白菜のサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・コーン・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎのトマト煮ペースト 白菜・コーン・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・カットトマトパック・白菜・コーン・人参・バナナ
15	土	お弁当日					

離乳食	曜日	後期（9～11ヶ月）		中期（7～8ヶ月）		初期（5～6ヶ月）	
		昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧
16	日	保育園お休み					
17	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 小松菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・味噌・小松菜・人参・豆腐・玉子・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 小松菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・味噌・小松菜・人参・豆腐・玉子・醤油	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・豆腐
18	火	かゆ 鮭とキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（りんご）	おかゆ・鮭・キャベツ・出し汁・人参・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆ 鮭とキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ（りんご）	おかゆ・鮭・キャベツ・出し汁・人参・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆペースト キャベツペースト 人参・玉ねぎペースト りんごペースト	おかゆ・キャベツ・人参・玉ねぎ・りんご
19	水	かゆ 豚肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ（バナナ）	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・もやし・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ワカメ・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・バナナ
20	木	かゆ じゃが芋のトマト煮 豚肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁・フルーツ（みかん）	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・豚肉・チンゲン菜・コーン・出し汁・砂糖・醤油・花	かゆ じゃが芋のトマト煮 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁・フルーツ（みかん）	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・鶏肉・チンゲン菜・コーン・出し汁・砂糖・醤油・花	かゆペースト じゃが芋のトマト煮ペースト チンゲン菜・コーンペースト フルーツ（みかん）	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・カットトマトパック・チンゲン菜・コーン・みかん
21	金	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 人参ときゅうりのサラダ ミルクスープ	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・かぼちゃ・しめじ・牛乳・水	かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 人参ときゅうりのサラダ ミルクスープ	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・かぼちゃ・牛乳・水	かゆペースト ブロッコリー・玉ねぎペースト 人参・かぼちゃペースト	おかゆ・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・かぼちゃ
22	土	お弁当日					
23	日	保育園お休み					
24	月	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 豚肉と大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・豚肉・ほうれん草・大根・砂糖・醤油・じゃが芋・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 鶏肉と大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・鶏肉・ほうれん草・大根・砂糖・醤油・じゃが芋・焼ふ・味噌	かゆペースト 白糸タラの野菜煮ペースト ほうれん草・大根ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・大根・じゃが芋
25	火	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 豚肉と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・豚肉・人参・砂糖・醤油・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ（オレンジ）	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・鶏肉・人参・砂糖・醤油・玉ねぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 助宗タラ・キャベツペースト 人参・玉ねぎペースト フルーツ（オレンジ）	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・人参・玉ねぎ・オレンジ
26	水	かゆ カラスカレイとじゃが芋のほくほく煮 豚肉と白菜のやわらか煮 フルーツ（バナナ）	おかゆ・カラスカレイ・じゃが芋・出し汁・豚肉・白菜・人参・砂糖・醤油・バナナ	かゆ カラスカレイとじゃが芋のほくほく煮 鶏肉と白菜のやわらか煮 フルーツ（バナナ）	おかゆ・カラスカレイ・じゃが芋・出し汁・鶏肉・白菜・人参・砂糖・醤油・バナナ	かゆペースト カラスカレイ・じゃが芋ペースト 白菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・カラスカレイ・じゃが芋・白菜・人参・バナナ
27	木	人参かゆ 白糸タラのトマト煮 さつま芋のやわらか煮 フルーツ（みかん）	おかゆ・人参・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・さつま芋・ピーマン・出し汁・みかん	人参かゆ 白糸タラのトマト煮 さつま芋のやわらか煮 フルーツ（みかん）	おかゆ・人参・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・さつま芋・ピーマン・出し汁・みかん	人参かゆペースト 白糸タラ・トマトペースト さつま芋ペースト フルーツ（みかん）	おかゆ・人参・シロイトタラ・トマト・さつま芋・みかん
28	金	かゆ 豚肉のトマト煮 白菜のサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・コーン・人参・バナナ	かゆ 鶏肉のトマト煮 白菜のサラダ フルーツ（バナナ）	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・コーン・人参・バナナ	かゆペースト 玉ねぎのトマト煮ペースト 白菜・コーン・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・カットトマトパック・白菜・コーン・人参・バナナ
29	土	お弁当日					
30	日	保育園お休み					
31	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 小松菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・味噌・小松菜・人参・豆腐・玉子・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 小松菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・味噌・小松菜・人参・豆腐・玉子・醤油	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・豆腐

※離乳食では、小麦粉・卵を園で除去しています