

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品				おやつ
1月	牛乳 マンナ	ごはん 豚肉と野菜の煮物 お浸し みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ キャベツ 南瓜	たまねぎ だし昆布 人参 みそ	人参 なす 濃口しょうゆ だし昆布	三温糖	牛乳 グレープゼリー グレープジュース100% 寒天(粉末) 白ざとう 水 お子様せんべい
2火	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 鶏肉の甘辛煮 煮びたし 豆腐のスープ	精白米 鶏もも肉 白菜 豆腐	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 三温糖 けずり節 薄口しょうゆ	濃口しょうゆ けずり節	牛乳 じゃがいも餅 じゃがいも 片栗粉 塩 油 すいか
3水	牛乳 りんご	ごはん 煮魚 三色あえ みそ汁	精白米 からすかれい 太もやし じゃがいも	三温糖 ほうれん草 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 みそ	濃口しょうゆ 白ざとう けずり節	牛乳 かぼちゃケーキ 南瓜 小麦粉 ベーキングパウダー 白ざとう 卵 油 塩
4木	牛乳 ハイハイ	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め煮 煮つけ ビーフン汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ さつまいも ビーフン	キャベツ 三温糖 三温糖 たまねぎ	たまねぎ 人参 油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	三温糖 けずり節	牛乳 シュガートースト 食パン 三温糖
5金	牛乳 お子様せんべい	ごはん 照焼 トマトあえ とうがんのスープ	精白米 生さけ トマト とうがん	三温糖 きゅうり だし昆布	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	濃口しょうゆ 片栗粉	牛乳 レバーの甘辛煮 鶏レバー 三温糖 濃口しょうゆ りんご
6土	牛乳 お菓子	ごはん 豆腐のみそ煮 清汁	精白米 豆腐 みそ おつゆふ	豚ミンチ 三温糖 たまねぎ	たまねぎ 人参 濃口しょうゆ だし昆布	油 片栗粉 薄口しょうゆ	牛乳 さつまいもの甘煮 さつまいも 白ざとう
8月	牛乳 ハイハイ(野菜)	ごはん 肉じゃが お浸し 納豆汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 白菜 納豆	じゃがいも だし昆布 濃口しょうゆ みそ	たまねぎ 人参 油 だし昆布	三温糖	牛乳 ベークドパンプキン 南瓜 油
9火	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 おかか 清汁	精白米 鶏肉 けずり節 きゅうり おつゆふ	たまねぎ オクラ たまねぎ	人参 花かつお けずり節	三温糖 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	牛乳 りんごジャム りんご 白ざとう 食パン
10水	牛乳 オレンジ	ごはん 豚肉と大豆の煮込み 煮つけ みそ汁	精白米 豚肉 三温糖 じゃがいも おつゆふ	大豆 濃口しょうゆ 三温糖 小松菜	たまねぎ 人参 けずり節 濃口しょうゆ みそ けずり節	三度豆	牛乳 クッキー 小麦粉 ベーキングパウダー バター 白ざとう 卵
12金	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん けんちん汁 お浸し 煮つけ	精白米 鶏肉 薄口しょうゆ 白菜 南瓜	豆腐 大根 濃口しょうゆ 三温糖	人参 けずり節 濃口しょうゆ けずり節	濃口しょうゆ けずり節	牛乳 ベークドポテト じゃがいも 油 オレンジ
13土	牛乳 お菓子	煮こみうどん 煮豆	うどん けずり節 金時豆	鶏肉 薄口しょうゆ 三温糖	白菜 たまねぎ 人参	塩	牛乳 りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう
15月	牛乳 お子様せんべい	ごはん 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁	精白米 高野豆腐 薄口しょうゆ たまねぎ	人参 けずり節 人参	たまねぎ じゃがいも みそ けずり節	三温糖	お茶 りんごのコンポート りんご 白ざとう マンナ
16火	お茶 ルヴァンクラシカル	ごはん ツナじゃが みそ汁	精白米 ツナフレーク 濃口しょうゆ おつゆふ	じゃがいも けずり節 たまねぎ	たまねぎ 人参 油 みそ けずり節	三温糖	牛乳 マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ざとう

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品					おやつ
17 水	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 白身魚のから揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	精白米 キングフィレ 白菜 豆腐	濃口しょうゆ 人参 たまねぎ	片栗粉 三温糖 けずり節	油 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	牛乳 じゃがいも餅 じゃがいも 片栗粉 塩 油 オレンジ	
18 木	牛乳 ハイハイ	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め煮 煮つけ ビーフ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ さつまいも ビーフン	キャベツ 三温糖 三温糖 たまねぎ	たまねぎ 人参 油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	みそ	牛乳 シュガートースト 食パン 三温糖	
19 金	牛乳 りんご	ごはん 煮魚 三色あえ みそ汁	精白米 からすかれい 太もやし じゃがいも	三温糖 ほうれん草 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 みそ	濃口しょうゆ 白ざとう けずり節	牛乳 かぼちゃケーキ 南瓜 小麦粉 白ざとう 卵 塩	
20 土	牛乳 お菓子	ごはん 豆腐のみそ煮 清汁	精白米 豆腐 みそ おつゆふ	豚ミンチ 三温糖 たまねぎ	たまねぎ 人参 濃口しょうゆ だし昆布 薄口しょうゆ	青梗菜 油 片栗粉	牛乳 さつまいもの甘煮 さつまいも 白ざとう	
22 月	牛乳 マンナ	ごはん 豚肉と野菜の煮物 お浸し みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ キャベツ 南瓜	たまねぎ だし昆布 人参 みそ	人参 なす 濃口しょうゆ だし昆布	三温糖	牛乳 グレープゼリー グレープジュース100% 寒天(粉末) 水 お子様せんべい	
23 火	牛乳 火 お子様せんべい	ごはん 照焼 トマトあえ とうがんのスープ	精白米 生さけ トマト とうがん	三温糖 きゅうり だし昆布	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	片栗粉	牛乳 レバーの甘辛煮 鶏レバー 三温糖 濃口しょうゆ りんご	
24 水	牛乳 オレンジ	ごはん 豚肉と大豆の煮込み 煮つけ みそ汁	精白米 豚肉 三温糖 じゃがいも おつゆふ	大豆 濃口しょうゆ 三温糖 小松菜	たまねぎ けずり節 濃口しょうゆ みそ	三度豆 けずり節	牛乳 クッキー 小麦粉 白ざとう 卵	
25 木	牛乳 ルヴァンクランカル	ごはん けんちん汁 お浸し 煮つけ	精白米 鶏肉 薄口しょうゆ 白菜 南瓜	豆腐 大根 濃口しょうゆ 三温糖	人参 けずり節 濃口しょうゆ けずり節	けずり節	牛乳 ベークドポテト じゃがいも 油 オレンジ	
26 金	牛乳 ハイハイ	ごはん 魚のホイル焼 きゅうりとコーンのお浸し レタスのスープ	精白米 キングフィレ きゅうり レタス	たまねぎ コーン缶(粒) たまねぎ	三温糖 濃口しょうゆ 人参	濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	牛乳 バターケーキ 小麦粉 卵 牛乳	
27 土	牛乳 土 お菓子	煮こみうどん 煮豆	うどん けずり節 金時豆	鶏肉 薄口しょうゆ 三温糖	白菜 たまねぎ 塩	人参	牛乳 りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう	
29 月	牛乳 ハイハイ(野菜)	ごはん 肉じゃが お浸し 納豆汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 白菜 納豆	じゃがいも けずり節 濃口しょうゆ みそ	たまねぎ 人参 油 だし昆布	三温糖	牛乳 ベークドパンプキン 南瓜 油	
30 火	牛乳 火 りんご	ごはん さわらの照焼 お浸し みそ汁	精白米 さわら きゅうり さつまいも	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	濃口しょうゆ けずり節	牛乳 マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ざとう	
31 水	牛乳 水 お子様せんべい	ごはん そばろ煮 煮つけ 野菜スープ	精白米 豚ミンチ けずり節 南瓜 キャベツ	たまねぎ 人参 三温糖 たまねぎ	人参 三温糖 濃口しょうゆ 人参	薄口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	牛乳 りんごいりホットケーキ 小麦粉 白ざとう 卵	