

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品					おやつ
1 土	牛乳 お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん 太もやし 南瓜	豚肉 だし昆布 三温糖	キャベツ 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参	人参	牛乳 りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ごとう
3 月	牛乳 お子様せんべい	ごはん 照焼 三色あえ 清汁	精白米 鶏もも肉 太もやし おつゆふ	三温糖 ほうれん草 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 けずり節 薄口しょうゆ	油	濃口しょうゆ 白ごとう	牛乳 じゃがいも餅 じゃがいも 片栗粉 塩 油 梨
4 火	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鮭の塩焼 お浸し みそ汁	精白米 生さけ 青梗菜 さつまいも	塩 人参	濃口しょうゆ みそ けずり節			牛乳 りんごジャム りんご 白ごとう 食パン
5 水	牛乳 りんご	ごはん すきやき風煮 お浸し 納豆汁	精白米 鶏肉 三温糖 ブロッコリー 納豆	白菜 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	たまねぎ 人参 油	人参 おつゆふ		牛乳 グレーゼリー グレーゼリース100% 寒天(粉末) 水 白ごとう ベビーせんべい
6 木	牛乳 ハイハイン(野菜)	ごはん 豚肉と野菜のみそ煮 お浸し ビーフ汁	精白米 豚肉 三温糖 白菜 ビーフン	なす 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ たまねぎ	たまねぎ 人参 けずり節 薄口しょうゆ	みそ		牛乳 ベークドポテト じゃがいも 油
7 金	牛乳 マンナ	ごはん 白身魚のから揚げ 煮びたし 野菜スープ	精白米 キングフィレ 小松菜 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 太もやし	片栗粉 三温糖 人参	油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	濃口しょうゆ	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
8 土	牛乳 お菓子	ごはん 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ じゃがいも	たまねぎ けずり節 たまねぎ	青梗菜 人参 みそ	三温糖	けずり節	牛乳 りんごのコンポート りんご 白ごとう お菓子
11 火	牛乳 梨	ごはん 米粉のクリームシチュー 煮やっこ お浸し	精白米 鶏肉 バター 豆腐 白菜	じゃがいも 牛乳 だし昆布 きゅうり	たまねぎ 人参 米の粉 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	油 塩		牛乳 マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ごとう
12 水	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 豚汁 お浸し 煮つけ	精白米 豚肉 けずり節 ほうれん草 大根	たまねぎ 人参 濃口しょうゆ 三温糖	人参 里芋 濃口しょうゆ けずり節	みそ		牛乳 南瓜のから揚げ 南瓜 油
13 木	牛乳 ハイハイン	ごはん 煮魚 お浸し みそ汁	精白米 からすかれい キャベツ 豆腐	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ けずり節			牛乳 さつまいもの甘煮 さつまいも 白ごとう
14 金	牛乳 マンナ	ごはん 肉じゃが お浸し みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 青梗菜 切干大根	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 りんごいりホットケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー りんご 白ごとう 油
15 土	牛乳 お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん 太もやし 南瓜	豚肉 だし昆布 三温糖	キャベツ 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参	人参	牛乳 りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ごとう

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品					おやつ
17月	牛乳 ハイハイン(野菜)	ごはん 豚肉と野菜のみそ煮 お浸し ビーフン汁	精白米 豚肉 三温糖 白菜 ビーフン	なす 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ たまねぎ	たまねぎ 人参 けずり節	人参 みそ 薄口しょうゆ	牛乳 ベークドポテト じゃがいも 油	
18火	牛乳 お子様せんべい	ごはん 照焼 きゅうりとコーンのお浸し レタスのスープ	精白米 鶏もも肉 きゅうり レタス	三温糖 コーン缶(粒) たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 人参	油 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	
19水	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鮭の塩焼 お浸し みそ汁	精白米 生さけ 青梗菜 さつまいも	塩 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ みそ けずり節		牛乳 りんごジャム りんご 食パン	
20木	牛乳 りんご	ごはん すきやき風煮 お浸し 納豆汁	精白米 鶏肉 三温糖 ブロッコリー 納豆	白菜 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	たまねぎ 人参 だし昆布	おつゆふ	牛乳 グレーゼリー グレープジュース100% 水 ベビーせんべい	
21金	牛乳 マンナ	ごはん 白身魚のから揚げ 煮びたし 野菜スープ	精白米 キングフィレ 小松菜 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 太もやし	片栗粉 三温糖 人参	油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	牛乳 レバーの甘辛煮 鶏レバー りんご	
22土	牛乳 お菓子	ごはん 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ じゃがいも	たまねぎ けずり節 たまねぎ	青梗菜 人参 みそ	三温糖 けずり節	牛乳 りんごのコンポート りんご お菓子	
24月	牛乳 お子様せんべい	ごはん 照焼 三色あえ 清汁	精白米 鶏もも肉 太もやし おつゆふ	三温糖 ほうれん草 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 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 油 梨	
25火	牛乳 マンナ	ごはん 肉じゃが お浸し みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 青梗菜 切干大根	じゃがいも だし昆布 濃口しょうゆ みそ	たまねぎ 油 だし昆布	人参 三温糖	牛乳 りんごいりホットケーキ 小麦粉 白ざとう	
26水	牛乳 ハイハイン	ごはん 煮魚 お浸し みそ汁	精白米 からすかれい キャベツ 豆腐	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	けずり節	牛乳 さつまいもの甘煮 さつまいも	
27木	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 豚汁 お浸し 煮つけ	精白米 豚肉 けずり節 ほうれん草 大根	たまねぎ 濃口しょうゆ 三温糖	人参 里芋 濃口しょうゆ	みそ けずり節	牛乳 南瓜のから揚げ 南瓜 油	
28金	牛乳 梨	ごはん 米粉のクリームシチュー 煮やっこ お浸し	精白米 鶏肉 バター 豆腐 白菜	じゃがいも 牛乳 だし昆布 きゅうり	たまねぎ 米の粉 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	人参 塩 油	牛乳 マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉	
29土	牛乳 お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん 太もやし 南瓜	豚肉 だし昆布 三温糖	キャベツ 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	人参 たまねぎ だし昆布	牛乳 りんごの重ね煮 りんご さつまいも	
31月	牛乳 りんご	ごはん そばろ煮 お浸し みそ汁	精白米 鶏ミンチ けずり節 太もやし じゃがいも	たまねぎ ほうれん草 たまねぎ	人参 濃口しょうゆ みそ	三温糖 濃口しょうゆ けずり節	牛乳 シュガートースト 食パン 三温糖	