

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品				おやつ	
1 火	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 魚のおろし煮 お浸し みそ汁	精白米 からすかれい キャベツ 南瓜	三温糖 人参 みそ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ けずり節	大根	焼きいも さつまいも	
2 水	みかん	かゆ又は軟飯 鶏肉の甘辛煮 お浸し 清汁	精白米 鶏もも肉 ブロッコリー 豆腐	三温糖 濃口しょうゆ 人参	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ けずり節	薄口しょうゆ	蒸しパン 小麦粉 水 ベ-キングパウダ- 白ざとう 油	
4 金	ハイハイ	かゆ又は軟飯 肉じゃが お浸し 納豆汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 小松菜 納豆	じゃがいも だし昆布 人参 みそ	たまねぎ 油 濃口しょうゆ だし昆布	人参 三温糖	かぼちゃ餅 南瓜 油 片栗粉 塩	
5 土	お菓子	かゆ又は軟飯 豆腐のみそ煮 煮つけ	精白米 豆腐 みそ さつまいも	豚ミンチ 三温糖 三温糖	たまねぎ 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ	人参 油 だし昆布	青梗菜 片栗粉	りんごのコンポート りんご 白ざとう お菓子
7 月	マンナ	かゆ又は軟飯 いため煮 お浸し みそ汁	精白米 豚肉 油 青梗菜 じゃがいも	たまねぎ だし昆布 人参 みそ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ だし昆布	三温糖	マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ざとう みかん	
8 火	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 納豆のかき揚げ お浸し 清汁	精白米 納豆 卵 きゅうり おつゆふ	さつまいも 油 濃口しょうゆ 人参	たまねぎ 濃口しょうゆ けずり節	人参 薄口しょうゆ	小麦粉	りんごいりホットケーキ 小麦粉 ベ-キングパウダ- りんご 白ざとう 油
9 水	みかん	かゆ又は軟飯 さわらの照焼 お浸し みそ汁	精白米 さわら 青梗菜 じゃがいも	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	けずり節	レバーの甘辛煮 鶏レバー 三温糖 濃口しょうゆ ルヴァンクラシカル	
10 木	ハイハイ(野菜)	かゆ又は軟飯 豚肉と里芋のみそ煮 煮やっこ ビーフ汁	精白米 豚肉 三温糖 豆腐 ビーフ	里芋 濃口しょうゆ けずり節 たまねぎ	大根 みそ 薄口しょうゆ けずり節	人参 けずり節 薄口しょうゆ	三度豆	ベークドパンプキン 南瓜 油 みかん
11 金	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 鶏肉のコーンスープ お浸し 煮つけ	精白米 鶏肉 牛乳 白菜 じゃがいも	サラダマカロニ 塩 三温糖	たまねぎ 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ	人参 だし昆布	コーン缶(クリーム)	五平餅 精白米 みそ 三温糖 ぬるま湯
12 土	お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん けずり節 南瓜	鶏肉 薄口しょうゆ 三温糖	大根 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参 けずり節	さつまいもの甘煮 さつまいも 白ざとう	
14 月	みかん	かゆ又は軟飯 鶏肉の甘辛煮 お浸し 清汁	精白米 鶏もも肉 ブロッコリー 豆腐	三温糖 濃口しょうゆ 人参	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ けずり節	薄口しょうゆ	ショートビスケット 小麦粉 バター 白ざとう	
15 火	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 魚のおろし煮 お浸し みそ汁	精白米 からすかれい キャベツ 南瓜	三温糖 人参 みそ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ けずり節	大根	焼きいも さつまいも	
16 水	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 鶏肉と野菜の煮物 お浸し みそ汁	精白米 鶏肉 濃口しょうゆ 白菜 大根	たまねぎ だし昆布 人参 みそ	人参 濃口しょうゆ だし昆布	じゃがいも 三温糖	南瓜の甘煮 南瓜 白ざとう みかん	

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品	おやつ
17 木	りんご	かゆ又は軟飯 鮭の塩焼 三色あえ みそ汁	精白米 生さけ 塩 太もやし ほうれん草 人参 さつまいも たまねぎ みそ 濃口しょうゆ 白ごとう けずり節	蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 白ごとう 水 油
18 金	ハイハイ	かゆ又は軟飯 肉じゃが お浸し 納豆汁	精白米 豚肉 ジャがいも たまねぎ 人参 三温糖 濃口しょうゆ だし昆布 油 小松菜 人参 濃口しょうゆ 納豆 みそ だし昆布	かぼちゃ餅 南瓜 片栗粉 塩 油
19 土	お菓子	かゆ又は軟飯 豆腐のみそ煮 煮つけ	精白米 豆腐 豚ミンチ たまねぎ 人参 青梗菜 みそ 三温糖 濃口しょうゆ 油 片栗粉 さつまいも 三温糖 濃口しょうゆ だし昆布	りんごのコンポート りんご 白ごとう お菓子
21 月	ハイハイ(野菜)	かゆ又は軟飯 豚肉と里芋のみそ煮 煮やっこ ビーフ汁	精白米 豚肉 里芋 大根 人参 三度豆 三温糖 濃口しょうゆ みそ けずり節 けずり節 薄口しょうゆ ビーフン たまねぎ けずり節 薄口しょうゆ	ベーグドパンプキン 南瓜 油 みかん
22 火	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 そばろ煮 お浸し 清汁	精白米 鶏ミンチ ジャがいも たまねぎ 人参 三温糖 濃口しょうゆ けずり節 ブロッコリー 濃口しょうゆ 白玉ふ 人参 けずり節 薄口しょうゆ	米粉豆乳ケーキ 米の粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 白ごとう 油
24 木	ペビーせんべい	かゆ又は軟飯 納豆のかき揚げ お浸し 清汁	精白米 納豆 さつまいも たまねぎ 人参 小麦粉 卵 油 きゅうり 濃口しょうゆ おつゆふ 人参 けずり節 薄口しょうゆ	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
25 金	みかん	かゆ又は軟飯 さわらの照焼 お浸し みそ汁	精白米 さわら 三温糖 濃口しょうゆ 青梗菜 人参 濃口しょうゆ じゃがいも たまねぎ みそ けずり節	レバーの甘辛煮 鶏レバー 三温糖 濃口しょうゆ ルヴァンクラシカル
26 土	お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん 鶏肉 大根 たまねぎ 人参 けずり節 薄口しょうゆ 南瓜 三温糖 濃口しょうゆ けずり節	さつまいもの甘煮 さつまいも 白ごとう
28 月	マンナ	かゆ又は軟飯 いため煮 お浸し みそ汁	精白米 豚肉 たまねぎ 人参 濃口しょうゆ 三温糖 油 だし昆布 青梗菜 人参 濃口しょうゆ じゃがいも みそ だし昆布	マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ごとう みかん
29 火	りんご	かゆ又は軟飯 鮭の塩焼 三色あえ みそ汁	精白米 生さけ 塩 太もやし ほうれん草 人参 さつまいも たまねぎ みそ 濃口しょうゆ 白ごとう けずり節	蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 白ごとう 水 油
30 水	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 鶏肉のコンスープ お浸し 煮つけ	精白米 鶏肉 サラダマカロニ たまねぎ 人参 コーン缶(クリーム) 牛乳 塩 白菜 濃口しょうゆ じゃがいも 三温糖 濃口しょうゆ だし昆布	五平餅 精白米 みそ 三温糖 ぬるま湯