

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品				おやつ	
1 木	牛乳 ハイハイ	ごはん 照焼 煮びたし みそ汁	精白米 さわら 小松菜 おつゆふ	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	油 けずり節 けずり節	牛乳 レバーの甘辛煮 鶏レバー りんご	三温糖 濃口しょうゆ
2 金	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 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 きゅうり じゃがいも	たまねぎ だし昆布 濃口しょうゆ みそ	人参 大根 だし昆布	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	
3 土	牛乳 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	白菜 濃口しょうゆ けずり節	たまねぎ 人参	牛乳 りんごのコンポート りんご お菓子	白ざとう
5 月	牛乳 お子様せんべい	ごはん クリームシチュー お浸し 煮つけ	精白米 鶏肉 牛乳 かぶ じゃがいも	サラダマカロニ 塩 かぶの葉 三温糖	たまねぎ 小麦粉 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ	人参 油 だし昆布	牛乳 ベークドパンプキン 南瓜 油	
6 火	牛乳 りんご	ごはん いり豆腐 煮つけ みそ汁	精白米 豆腐 濃口しょうゆ さつまいも 白菜	豚肉 けずり節 三温糖 みそ	たまねぎ 人参 濃口しょうゆ けずり節	三温糖	牛乳 人参ジャム 人参 食パン	白ざとう レモン
7 水	牛乳 ハイハイ(野菜)	ごはん 照焼 煮びたし かき玉汁	精白米 さわら 青梗菜 卵	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 豆苗 けずり節	油 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	牛乳 りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう	
8 木	牛乳 ルヴァンクランカル	ごはん 豚汁 お浸し 里芋の煮つけ	精白米 豚肉 けずり節 キャベツ 里芋	大根 濃口しょうゆ 三温糖	たまねぎ 人参 濃口しょうゆ けずり節	みそ	牛乳 ゆず蒸しパン 小麦粉 ゆず	ベ-キングパウダー 白ざとう 水
9 金	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 白身魚のから揚げ お浸し 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 きゅうり たまねぎ	片栗粉 濃口しょうゆ 人参 けずり節	油 薄口しょうゆ	牛乳 じゃがいも餅 じゃがいも 油 みかん	片栗粉 塩
10 土	牛乳 お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん 太もやし さつまいも	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 だし昆布	牛乳 南瓜の甘煮 南瓜 白ざとう	
12 月	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 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 きゅうり じゃがいも	たまねぎ だし昆布 濃口しょうゆ みそ	人参 大根 だし昆布	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	
13 火	牛乳 ハイハイ	ごはん 照焼 煮びたし みそ汁	精白米 さわら 小松菜 おつゆふ	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	油 濃口しょうゆ けずり節	牛乳 レバーの甘辛煮 鶏レバー りんご	三温糖 濃口しょうゆ
14 水	牛乳 お子様せんべい	ごはん 鶏肉の甘辛煮 ツナあえ レタスのスープ	精白米 鶏もも肉 ブロッコリー レタス	三温糖 ツナフレーク たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 人参 けずり節	薄口しょうゆ	牛乳 バターケーキ 小麦粉 卵 牛乳	ベ-キングパウダー 白ざとう バター 油

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品				おやつ
15 木	牛乳 マンナ	ごはん 豚肉と野菜の煮物 三色あえ みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 太もやし 南瓜	たまねぎ けずり節 ほうれん草 みそ	人参 人参 けずり節	大根 三温糖 濃口しょうゆ 白ざとう	牛乳 豆乳のパンケーキ 小麦粉 白ざとう みかん ベ-キングパウダ- 豆乳 水 油
16 金	牛乳 りんご	ごはん 鮭のホイル焼 お浸し 納豆汁	精白米 生さけ キャベツ 納豆	たまねぎ 濃口しょうゆ みそ	人参 濃口しょうゆ けずり節		牛乳 さつまいもから揚 さつまいも 油
17 土	牛乳 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	白菜 たまねぎ 人参 濃口しょうゆ けずり節		牛乳 りんごのコンポート りんご お菓子 白ざとう
19 月	牛乳 りんご	ごはん いり豆腐 煮つけ みそ汁	精白米 豆腐 濃口しょうゆ さつまいも 白菜	豚肉 けずり節 三温糖 みそ	たまねぎ 人参 濃口しょうゆ けずり節	三温糖	牛乳 人参ジャム 人参 食パン 白ざとう レモン
20 火	牛乳 お子様せんべい	ごはん 照焼 花野菜のお浸し 豆乳クリームスープ	精白米 鶏もも肉 ブロッコリー コン缶(クリーム) 米の粉	三温糖 カリフラワー じゃがいも	濃口しょうゆ 油 濃口しょうゆ たまねぎ 豆乳 塩		牛乳 ベークドパンプキン 南瓜 みかん 油
21 水	牛乳 ハイハイン(野菜)	ごはん 照焼 煮びたし かき玉汁	精白米 さわら 青梗菜 卵	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 油 三温糖 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ		牛乳 りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう
22 木	牛乳 ルヴァンクランカル	ごはん 豚汁 お浸し 里芋の煮つけ	精白米 豚肉 けずり節 キャベツ 里芋	大根 たまねぎ 人参 みそ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ けずり節		牛乳 ゆず蒸しパン 小麦粉 ゆず ベ-キングパウダ- 白ざとう 水
23 金	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 白身魚のから揚 お浸し 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 きゅうり たまねぎ	片栗粉 油 濃口しょうゆ 人参 けずり節 薄口しょうゆ		牛乳 じゃがいも餅 じゃがいも 油 みかん 片栗粉 塩
24 土	牛乳 お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん 太もやし さつまいも	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 だし昆布	たまねぎ 人参	牛乳 南瓜の甘煮 南瓜 白ざとう
26 月	牛乳 お子様せんべい	ごはん クリームシチュー お浸し 煮つけ	精白米 鶏肉 牛乳 かぶ じゃがいも	サラダマカロニ 塩 かぶの葉 三温糖	たまねぎ 人参 小麦粉 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ だし昆布	油	牛乳 ベークドパンプキン 南瓜 油
27 火	牛乳 マンナ	ごはん 豚肉と野菜の煮物 三色あえ みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 太もやし 南瓜	たまねぎ けずり節 ほうれん草 みそ	人参 人参 けずり節	大根 三温糖 濃口しょうゆ 白ざとう	牛乳 豆乳のパンケーキ 小麦粉 白ざとう みかん ベ-キングパウダ- 豆乳 水 油
28 水	牛乳 ハイハイン	ごはん 切干大根のいり煮 お浸し みそ汁	精白米 切干大根 濃口しょうゆ きゅうり おつゆふ	鶏肉 けずり節 濃口しょうゆ たまねぎ	じゃがいも 人参 油 みそ けずり節	三温糖	牛乳 りんごいりホットケーキ 小麦粉 白ざとう 油 ベ-キングパウダ- りんご