

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品				おやつ
1 木	ハイハイ	かゆ又は軟飯 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 油 濃口しょうゆ みそ	けずり節 けずり節 けずり節	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	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 きゅうり じゃがいも	たまねぎ 人参 だし昆布 濃口しょうゆ みそ	大根 三温糖	だし昆布	マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ざとう
3 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	白菜 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参 けずり節	りんごのコンポート りんご 白ざとう お菓子
5 月	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 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	油 だし昆布	ベークドパンプキン 南瓜 油
6 火	りんご	かゆ又は軟飯 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 濃口しょうゆ	三温糖 けずり節	人参ジャム 人参 白ざとう レモン 食パン
7 水	ハイハイ(野菜)	かゆ又は軟飯 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 濃口しょうゆ 豆苗	油 けずり節 薄口しょうゆ	りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう
8 木	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 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	みそ けずり節	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	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 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 油 濃口しょうゆ 人参	油 けずり節 薄口しょうゆ	じゃがいも餅 じゃがいも 片栗粉 塩 油 みかん
10 土	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	南瓜の甘煮 南瓜 白ざとう
12 月	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 きゅうり じゃがいも	たまねぎ 人参 だし昆布 濃口しょうゆ みそ	大根 三温糖	だし昆布	マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ざとう
13 火	ハイハイ	かゆ又は軟飯 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 油 濃口しょうゆ みそ	油 濃口しょうゆ けずり節 けずり節	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	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 鶏肉の甘辛煮 お浸し 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 濃口しょうゆ たまねぎ	濃口しょうゆ 人参	けずり節 薄口しょうゆ	バターケーキ 小麦粉 卵 牛乳 ベ-キングパウダー バター 白ざとう 油

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品				おやつ
15 木	マンナ	かゆ又は軟飯 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 人参 けずり節	大根 三温糖 濃口しょうゆ 白ざとう	豆乳のパンケーキ 小麦粉 白ざとう みかん ベ-キングパウダー 豆乳 水 油
16 金	りんご	かゆ又は軟飯 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 人参 けずり節	濃口しょうゆ	さつまいもから揚 さつまいも 油
17 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	白菜 人参 濃口しょうゆ けずり節	たまねぎ 人参	りんごのコンポート りんご お菓子 白ざとう
19 月	りんご	かゆ又は軟飯 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	人参ジャム 人参 食パン 白ざとう レモン
20 火	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 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 濃口しょうゆ たまねぎ	油 油 豆乳 塩	ベークドパンプキン 南瓜 みかん 油
21 水	ハイハイン(野菜)	かゆ又は軟飯 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 三温糖 豆苗	油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう
22 木	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 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	ゆず蒸しパン 小麦粉 ゆず ベ-キングパウダー 白ざとう 水
23 金	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 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 濃口しょうゆ 人参 けずり節	油 油 薄口しょうゆ	じゃがいも餅 じゃがいも 油 みかん 片栗粉 塩
24 土	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	南瓜の甘煮 南瓜 白ざとう
26 月	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 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	ベークドパンプキン 南瓜 油
27 火	マンナ	かゆ又は軟飯 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 人参 けずり節	大根 三温糖 濃口しょうゆ 白ざとう	豆乳のパンケーキ 小麦粉 白ざとう みかん ベ-キングパウダー 豆乳 水 油
28 水	ハイハイン	かゆ又は軟飯 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 みそ けずり節	三温糖	りんごいりホットケーキ 小麦粉 白ざとう ベ-キングパウダー りんご 油