

# 都賀せいわ保育園

リトルキッズ	1月	3色食品群			1~2歳児			3~5歳児			3色食品群			1~2歳児			3~5歳児				
		昼食	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
1	月	三色丼 大根と人参のツナサラダ みそ汁(れんこん・長ねぎ)	おこめりング・ごま油・ご飯・ソフトな塩せん・砂糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・鶏肉・味噌 かぼちゃ・コーン・れんこん・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	477 kcal 16.7 g 15.8 g 70.0 g 1.2 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・卵・小麦・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	587 kcal 20.0 g 18.8 g 87.8 g 1.4 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
2	火	ご飯 助宗タラのフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁(豚肉・豆腐・ごぼう) フルーツ(洋なし)	イチゴジャム・ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小魚せんべい・小麦粉・油	スケソウラ・牛乳・豆乳・豆腐・豚肉・味噌・醤油揚げ キヤベツ・ごぼう・みかん缶・寒天・人参・洋なし	牛乳・豆乳・寒天ボンチ	525 kcal 20.0 g 16.0 g 80.5 g 0.7 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	649 kcal 24.4 g 19.0 g 101.5 g 0.8 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
3	水	鶏肉の和豆乳スープバスタ きゅうりとコーンのわかれサラダ フルーツ(黄桃缶)	ごま油・ご飯・しらす・わかれせんべい・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	しらす干し・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌 きゅうり・グリンピース・コーン・なす・ぶなしめ・わかれせんべい・ワカメ・黄桃缶・玉ねぎ	みりん風調味料・出し汁・醤油・酢・精製塩	530 kcal 23.8 g 20.2 g 66.1 g 1.3 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	660 kcal 29.6 g 24.6 g 82.9 g 1.6 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
4	木	一歳 鮭のまごま じやが芋と豚肉の塩金平 みそ汁(玉ねぎ・花ふ) アップルゼリー	ごま油・ご飯・しらす・わかれせんべい・スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油	わかれせんべい・草と小松菜・せんべい・砂糖・小麦粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・豚肉・味噌 牛乳・豆乳・寒天・玉ねぎ・人参	480 kcal 21.8 g 11.6 g 78.9 g 1.1 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	599 kcal 26.9 g 13.1 g 99.2 g 1.4 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
5	金	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニソーナサラダ みそ汁(かぶ・油揚げ)	ごま油・ご飯・パン粉・マカロニミックス・おから・せんべい・砂糖・米粉・片栗粉・油	ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・鶏肉・味噌・油揚げ 牛乳・豆乳・寒天・玉ねぎ・人参	かぶ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	550 kcal 20.4 g 18.3 g 78.0 g 1.4 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	684 kcal 25.0 g 22.0 g 98.6 g 1.8 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
6	土	ご飯 白糸タラの漬け焼き 大根と鶏肉のとろみ煮 みそ汁(豆腐・玉ねぎ) フルーツ(みかん缶)	ご飯・バター・砂糖・小麦粉・豆乳・豆腐・味噌 片栗粉・油	シロイトタラ・牛乳・鶏肉・豆乳・豆腐・味噌 かぼちゃん草・みかん缶・玉ねぎ・人参・大根	ほれん草・みかん缶・玉ねぎ・人参・大根	436 kcal 18.3 g 13.5 g 63.1 g 1.3 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	536 kcal 22.1 g 15.7 g 79.7 g 1.6 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
7	月	ご飯 豚肉とチンゲン菜のあっさり煮 カリフラワーと人参のごまサラダ みそ汁(かぶ・大根葉)	かぼちゃん・&にんじん・草と小松菜・せんべい・砂糖・米粉・片栗粉・油	牛乳・鶏肉・豚肉・粉 豆腐・味噌	あおさ粉・かぶ・カリフラワー・&にんじん・草と小松菜・せんべい・砂糖・米粉・片栗粉・油	467 kcal 23.5 g 17.9 g 56.0 g 1.2 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	578 kcal 29.3 g 21.6 g 70.1 g 1.5 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
8	火	ご飯 カラスカレイのコロコロ辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁(玉ねぎ・焼ふ) フルーツ(白桃缶)	ごま油・ご飯・パン粉・小麦粉・油 大根葉	カラスカレイ・きな粉・牛乳・鶏肉・豆乳・味噌 牛乳・豆乳・寒天・玉ねぎ・人参・大根	ベーキングパウダー・かぼちゃん草・みかん缶・玉ねぎ・人参・大根	509 kcal 18.8 g 18.8 g 70.4 g 1.1 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	635 kcal 23.0 g 22.8 g 89.5 g 1.4 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
9	水	ソース焼きうどん じやが芋のピーマン炒め みそ汁(チングン菜・油揚げ) アップルゼリー	うどん・ごませんべい・ごま油・ご飯・じやが芋・マヨネーズ・油	チーズ・牛乳・豚肉・味噌 あおさ粉・キャベツ・コーン・チングン菜・豆乳・玉ねぎ・人参	ウスター・ソース・チーズ・豆乳・豆・豆腐・味噌 牛乳・豆乳・寒天・玉ねぎ・人参	480 kcal 18.6 g 15.4 g 69.5 g 1.5 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	589 kcal 22.5 g 18.0 g 87.2 g 1.9 g	乳・卵・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
10	木	ご飯 白糸タラののみそ煮 鶏肉と野菜のバター醤油炒め すまじ(豆腐・ワカ)	うどん・ごませんべい・ごま油・ご飯・じやが芋・マヨネーズ・油 ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・豆・豆腐・味噌	ツナフレーク缶・牛乳・豆乳・鶏肉・味噌・油揚げ 牛乳・豆乳・寒天・玉ねぎ・人参	あおさ粉・キャベツ・豆乳・豆・豆腐・味噌 かぼちゃん草・みかん缶・玉ねぎ・人参・大根	458 kcal 19.5 g 13.6 g 68.9 g 0.9 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	560 kcal 23.6 g 15.7 g 86.3 g 1.1 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
11	木	カレーライス キヤベツとかぶの胡麻和え スープ(小松菜・ごぼう) フルーツ(りんご)	うどん・ごま油・ご飯・じやが芋・マヨネーズ・油	牛乳・厚揚げ・豚肉 かぶ・キヤベツ・豆乳・ごぼう	かぼちゃん草・みかん缶・玉ねぎ・人参・大根	499 kcal 20.6 g 15.0 g 75.3 g 1.7 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	617 kcal 25.2 g 17.7 g <br; 90.9="" g<br=""></br;> 1.6 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
12	金	イベント開催	●ツナのあおさおにぎり ●鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・パン粉・小麦粉・油	牛乳・厚揚げ・豚肉 かぶ・キヤベツ・豆乳・ごぼう・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	482 kcal 18.4 g 19.3 g 60.1 g 1.7 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	591 kcal 22.3 g 23.5 g 74.0 g 1.6 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
13	木	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉の治部煮風 大根とコーンのおかか・サラダ みそ汁(かぼちゃ・えのき茸)	ご飯・しらす・わかれせんべい・砂糖・小麦粉・油	花かつお・牛乳・豆乳・鶏肉・味噌 えのき・かぼちゃ・パン粉・油	オレンジ・かぼちゃ・パン粉・油 牛乳・豆乳・寒天・玉ねぎ・人参・大根	464 kcal 17.8 g 14.1 g 69.5 g 1.2 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	571 kcal 21.5 g 16.3 g 86.0 g 1.4 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
14	木	ご飯 エビと白菜のトマト煮込み 鶏レバの甘辛焼き みそ汁(花ふ・油揚げ)	ご飯・さつま芋・うれいん草・パン粉・油 エビ・きな粉・牛乳・鶏レバ・豆乳・味噌 オレンジ・カットトマト	花かつお・牛乳・豆乳・鶏肉・味噌 牛乳・豆乳・寒天・玉ねぎ・人参・白菜	エビ・きな粉・牛乳・豆乳・味噌 牛乳・豆乳・寒天・玉ねぎ・人参・白菜	464 kcal 17.8 g 14.1 g 69.5 g 1.2 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	571 kcal 22.3 g 17.8 g 86.0 g 1.4 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)
15	月	イベント開催	ご飯 ●松風焼き ●紅白なます すまじ(小松菜・ソーセン)	ごま油・ご飯・パン粉・小麦粉・油	牛乳・鶏肉・味噌 あおさ粉・かぼちゃ・きゅうり・小松菜・人参・生姜・大根・長ねぎ	452 kcal 15.6 g 14.5 g 70.0 g 1.1 g	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	552 kcal 18.5 g 16.9 g 87.8 g 1.4 g	乳・小麦	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)	3色食品群	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	午前おやつ(1~2歳児のみ)	午後おやつ	エネルギーたんぱく質 炭水化物 塩分	アレルギー(乳・小麦・牛乳・豆乳・豆・豚肉・大豆・牛乳・魚介)

# 都賀せいわ保育園



離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)				中期(7~8ヶ月)				初期(5~6ヶ月)			
		昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
1 月	月	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・出し汁・砂糖・醤油・大 根・人参・れんこん・味噌	かのよ 助宗タラとほうれん草のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ	おかのよ・スケソウタラ・ほうれ ん草・出し汁・玉ねぎ・人参・ かぶ・醤油	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・出し汁・砂糖・醤油・大 根・人参	かのよ 助宗タラとほうれん草のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ	おかのよ・スケソウタラ・ほうれ ん草・出し汁・玉ねぎ・人参・ かぶ・醤油	かのよペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 大根・人参ペースト	おかのよ・玉ねぎ・小松菜・ 大根・人参	かのよペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかのよ・ほうれん草・玉ね ぎ・人参・かぶ
2 火	火	かのよ 助宗タラとさつま芋のほくほく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・さつま 芋・出し汁・キャベツ・人参・ 豆腐・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 カリフラワーとチングン菜のサラ ダすまし汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・味噌・カリフラワー・チ ングン菜・じやが芋・焼ふ・醤油	かのよ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 カリフラワーとチングン菜のサラ ダすまし汁	おかのよ・スケソウタラ・さつま 芋・出し汁・キャベツ・人参・ 豆腐・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 カリフラワーとチングン菜のサラ ダすまし汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・味噌・カリフラワー・チ ングン菜・じやが芋・焼ふ・醤油	かのよペースト さつま芋ペースト キャベツ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかのよ・さつま芋・キャベ ツ・人参・豆腐	かのよペースト 玉ねぎペースト カリフラワー・チングン菜ペースト じやが芋ペースト	おかのよ・玉ねぎ・カリフラ ワー・チングン菜・じやが 芋
3 水	水	かのよ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりとワカメのサラダ みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・なす・ 豆乳・水・精製塩・きゅうり・ワ カメ	かのよ 白系タラと小松菜のくたくた煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁	おかのよ・シロイトタラ・小松 菜・出し汁・かぶ・人参・玉ね ぎ・味噌	かのよ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりとワカメのサラダ	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・なす・ 豆乳・水・精製塩・きゅうり・ワ カメ	かのよ 白系タラと小松菜のくたくた煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁	おかのよ・シロイトタラ・小松 菜・出し汁・かぶ・人参・玉ね ぎ・味噌	かのよペースト 玉ねぎペースト	おかのよ・玉ねぎ	かのよペースト 小松菜ペースト かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかのよ・小松菜・かぶ・人 参・玉ねぎ
4 木	木	かのよ 助宗タラとチングン菜のくたくた煮 じやが芋と人参のマッシュ みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・チング ン菜・出し汁・じやが芋・人 参・玉ねぎ・花ふ・味噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参とれんこんのだし煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・チング ン菜・出し汁・じやが芋・人 参・れんこん・ほうれん草・ 味噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じやが芋と人参のマッシュ みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・チング ン菜・出し汁・じやが芋・人 参・玉ねぎ・花ふ・味噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・プロッ コリー・出し汁・砂糖・醤油・ 人参・れんこん・ほうれん草・ 味噌	かのよペースト チングン菜ペースト じやが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかのよ・チングン菜・じや が芋・人参・玉ねぎ	かのよペースト 玉ねぎ・プロッコリーペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかのよ・玉ねぎ・プロッコ リー・人参・ほうれん草
5 金	金	かのよ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 小松菜サラダ みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・人 参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ 小松菜・かぶ・味噌	かのよ 助宗タラと人参のだし煮 キャベツのやわらか煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・人 参・出し汁・キャベツ・かぼち や・ワカメ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 小松菜サラダ みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・人 参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ 小松菜・かぶ・味噌	かのよ 助宗タラと人参のだし煮 キャベツのやわらか煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・人 参・出し汁・キャベツ・かぼち や・ワカメ・味噌	かのよペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかのよ・玉ねぎ・人 参・小松菜・かぶ	かのよペースト 人参・キャベツペースト かぼちやペースト	おかのよ・人参・キャベツ・ かぼちや
6 土	土	かのよ 白系タラとほうれん草のくたくた煮 大根と人参のとろみ煮 みそ汁	おかのよ・シロイトタラ・ほうれ ん草・出し汁・大根・人参・片 栗粉・豆腐・玉ねぎ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかのよ・シロイトタラ・ほうれ ん草・出し汁・大根・人参・片 栗粉・豆腐・玉ねぎ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかのよ・シロイトタラ・ほうれ ん草・出し汁・大根・人参・片 栗粉・豆腐・玉ねぎ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・プロッ コリー・出し汁・砂糖・醤油・ 人参・ほうれん草・味噌	かのよペースト ほうれん草ペースト 大根・人参ペースト 豆腐・玉ねぎペースト	かのよ・ほうれん草・大 根・人参・豆腐・玉ねぎ	かのよペースト 玉ねぎ・プロッコリーペースト 人参ペースト じやが芋ペースト	おかのよ・玉ねぎ・プロッコ リー・人参・じやが芋
7 日	日	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 カリフラワーと人参のサラダ みそ汁	おかのよ・シロイトタラ・ほうれ ん草・出し汁・大根・人参・片 栗粉・豆腐・玉ねぎ・味 噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・人 参・出し汁・玉ねぎ・人参・ ソーメン・醤油	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 カリフラワーと人参のサラダ みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねぎ・チ ングン菜・出し汁・砂糖・醤油・ カリフラワー・人参・かぶ・味 噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・小松 菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ ソーメン・醤油	かのよペースト 玉ねぎ・チングン菜ペースト カリフラワー・人参ペースト かぶペースト	おかのよ・玉ねぎ・チングン 菜・カリフラワー・人参・か ぶ	かのよペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかのよ・小松菜・玉ねギ・人 参
8 月	月	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 カリフラワーと人参のサラダ みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・かほ ぢや・出し汁・大根・人参・玉 ねぎ・焼ふ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・かほ ぢや・出し汁・大根・人参・玉 ねぎ・焼ふ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・かほ ぢや・出し汁・大根・人参・玉 ねぎ・焼ふ・味噌	かのよ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のサラダ	かのよペースト かほぢや・大根・人参・玉ねギ	かのよペースト 豆腐・玉ねギペースト 大根・人参ペースト 玉ねギペースト	かのよ・かぼちや・大根・人 参・玉ねギ	かのよペースト 豆腐・玉ねギペースト ほうれん草・人参ペースト	おかのよ・豆腐・玉ねギ・ほ うれん草・人参
9 火	火	かのよ くたくた鶏うどん じやが芋のマッシュ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ね ぎ・人参・出し汁・砂糖・醤 油・じやが芋・チングン菜・味 噌	かのよ 助宗タラと人参のだし煮 みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・人 参・出し汁・小松菜・かぶ・味 噌	かのよ くたくた鶏うどん じやが芋のマッシュ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ね ぎ・人参・出し汁・砂糖・醤 油・じやが芋・チングン菜・味 噌	かのよ 助宗タラと人参のだし煮 みそ汁	かのよペースト キャベツ・玉ねギ・人参ペースト	うどんペースト キャベツ・玉ねギ・人参ペース ト	うどん・キャベツ・玉ねギ・ 人参・じやが芋・チングン 菜	かのよペースト 人参ペースト かぶペースト	おかのよ・人参・小松菜・か ぶ
10 水	水	かのよ 白系タラとほうれん草のみそ煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかのよ・シロイトタラ・ほうれ ん草・出し汁・味噌・玉ねギ・ 人参・豆腐・ワカメ・醤油・オ レンジ	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかのよ・シロイトタラ・ほうれ ん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅう り・人参・大根・焼ふ・味噌	かのよ 白系タラとほうれん草のみそ煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかのよ・シロイトタラ・ほうれ ん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅう り・人参・大根・焼ふ・味噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かのよペースト ほうれん草ペースト 玉ねギ・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)	かのよペースト ほうれん草・玉ねギ・人 参・豆腐・オレンジ	かのよペースト 白菜・玉ねギペースト	かのよペースト 白菜・玉ねギペースト 人参ペースト 大根ペースト	おかのよ・白菜・玉ねギ・人 参・大根
11 木	木	かのよ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかのよ・鶏肉・じやが芋・玉 ねギ・人参・出し汁・砂糖・醤 油・キャベツ・かぶ・小松菜・ りんご	かのよ 助宗タラと玉ねぎの豆乳煮 トマトサラダ ヨーグルト	おかのよ・スケソウタラ・玉 ねギ・豆乳・水・精製塩・トマ ト・ヨーグルト・砂糖	かのよ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかのよ・鶏肉・じやが芋・玉 ねギ・豆乳・水・精製塩・トマ ト・ヨーグルト・砂糖	かのよ 助宗タラと玉ねぎの豆乳煮 トマトサラダ ヨーグルト	かのよペースト 玉ねギ・人参ペースト キャベツ・かぶペースト 小松菜ペースト・りんごペース ト	かのよペースト じやが芋・玉ねギ・人 参・キャベツ・かぶ・ 小松菜・りんご	かのよペースト 玉ねギペースト トマトペースト	かのよ・玉ねギ・トマト	
12 金	金	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	おかのよ・鶏肉・白菜・れんこ ん・人参・出し汁・砂糖・醤 油・きゅうり・バナナ	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	おかのよ・鶏肉・白菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油・さつ ま芋・なす・もしや・ワカメ・味 噌	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	おかのよ・鶏肉・白菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油・さつ ま芋・なす・ワカメ	かのよ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	かのよペースト 白菜ペースト 人参ペースト バナナペースト	おかのよ・白菜・人 参・バナナ	かのよペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人参ペースト さつま芋ペースト	おかのよ・豆腐・ほうれん 草・人参・さつま芋	
13 土	土	かのよ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねギ・小松 菜・人参・出し汁・砂糖・醤 油・大根・かぼちや・味噌	かのよ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁	おかのよ・シロイトタラ・キャ ベツ・出し汁・かぶ・人参・片栗 粉・玉ねギ・味噌・りんご	かのよ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ みそ汁	おかのよ・鶏肉・じやが芋・玉 ねギ・豆乳・水・精製塩・トマ ト・ヨーグルト・砂糖	かのよ 白系タラとキャベツのだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁	かのよペースト 玉ねギ・人参ペースト キャベツ・かぶペースト 大根・かぼちやペースト	おかのよ・玉ねギ・人 参・大根・かぼちや	かのよペースト キャベツペースト かぶ・人参ペースト 玉ねギペースト・りんごペース ト	おかのよ・キャベツ・かぶ・ 人参・玉ねギ・りんご	
14 日	日	かのよ 助宗タラと野菜のトマト煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかのよ・鶏肉・玉ねギ・小松 菜・人参・カットトマト・バ ック・水・精製塩・さつま芋・出 し汁・花ふ・味噌	かのよ 鶏肉・チングン菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油 大根とチングン菜のくたくた煮 ボテトサラダ みそ汁	かのよ 鶏肉・チングン菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油 助宗タラと野菜のトマト煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかのよ・スケソウタラ・白 菜・玉ねギ・人参・カットトマト・ バックス・水・精製塩・さつま芋・出 し汁・花ふ・味噌	おかのよ・鶏肉・玉ねギ・小松 菜・人参・出し汁・砂糖・醤油 大根とチングン菜のくたくた煮 ボテトサラダ みそ汁	かのよ 白系タラとキャベツのだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁	かのよペースト 野菜のトマト煮ペースト さつま芋ペースト	おかのよ・白菜・玉ねギ・人 参・カットトマト・バックス・さ つま芋	かのよペースト チングン菜・人 参・じやが芋・豆腐	おかのよ・チングン菜・人 参・じやが芋・豆腐	
15 月	月	かのよ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかのよ・鶏肉・大根・人 参・出 し汁・味噌・きゅうり・小松 菜・ソーメン・醤油	かのよ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかのよ・鶏肉・大根・人 参・出 し汁・味噌・きゅうり・小松 菜・ソーメン・醤油	かのよ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかのよ・鶏肉・大根・人 参・出 し汁・味噌・きゅうり・小松 菜・ソーメン・醤油	かのよ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	かのよペースト 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	おかのよ・大根・人 参・小松菜	かのよペースト ほうれん草・玉ねギ・人 参・かぶ・りんご	おかのよ・ほうれん草・玉 ねギ・人参・かぶ・りんご	

# 都賀せいわ保育園

離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)				中期(7~8ヶ月)				初期(5~6ヶ月)			
		昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
16	火	かのや 助宗タラとさつま芋のほくほく煮 キヤベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかのや・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・キヤベツ・人参・豆腐・味噌・オレンジ	かのや 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 トマトとチングン菜のサラダ すまし汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・トマト・チングン菜・じやが芋・焼ふ・醤油	かのや 助宗タラとさつま芋のほくほく煮 キヤベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかのや・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・キヤベツ・人参・豆腐・味噌・オレンジ	かのや 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 トマトとチングン菜のサラダ すまし汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・トマト・チングン菜・じやが芋・焼ふ・醤油	かのやペースト さつま芋ペースト キヤベツ・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかのや・さつま芋・キヤベツ・人参・豆腐・オレンジ	かのやペースト 玉ねぎペースト トマト・チングン菜ペースト じやが芋ペースト	おかのや・玉ねぎ・トマト・チングン菜・じやが芋
17	水	かのや 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりとワカメのサラダ ヨーグルト	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・きゅうり・ワカメ・ヨーグルト・砂糖	かのや 白系タラと小松菜のくたくた煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかのや・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・もし・味噌・バナナ	かのや 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりとワカメのサラダ ヨーグルト	おかのや・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・バナナ	かのや 鶏肉と野菜の豆乳煮 かぶと人参のやわらか煮 フルーツ(バナナ)	おかのや・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・バナナ	かのやペースト 玉ねぎペースト	おかのや・玉ねぎ	かのやペースト 小松菜ペースト かぶ・人参ペースト バナナペースト	おかのや・小松菜・かぶ・人参・バナナ
18	木	かのや 助宗タラとチングン菜のくたくた煮 じやが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかのや・スケソウタラ・チングン菜・出し汁・じやが芋・人参・玉ねぎ・花ふ・味噌・みかん	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参とれんこんのだし煮 みそ汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・れんこん・ほうれん草・味噌	かのや 助宗タラとチングン菜のくたくた煮 じやが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかのや・スケソウタラ・チングン菜・出し汁・じやが芋・人参・玉ねぎ・花ふ・味噌・みかん	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・ほうれん草・味噌	かのやペースト チングン菜ペースト じやが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルーツ(みかん)	おかのや・チングン菜・じやが芋・人参・玉ねぎ・みかん	かのやペースト 玉ねぎ・白菜ペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかのや・玉ねぎ・白菜・人参・ほうれん草
19	金	かのや 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 小松菜サラダ みそ汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・小松菜・かぶ・味噌	かのや 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 キヤベツのやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかのや・スケソウタラ・人参・出し汁・キヤベツ・かぼちゃ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのや 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 小松菜サラダ みそ汁	おかのや・スケソウタラ・人参・出し汁・キヤベツ・かぼちゃ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのや 鶏肉と玉ねぎのとろとろ煮 キヤベツのやわらか煮 みそ汁・ヨーグルト	おかのや・スケソウタラ・人参・出し汁・キヤベツ・かぼちゃ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かのやペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかのや・玉ねぎ・人参・小松菜・かぶ	かのやペースト 人参・キヤベツペースト かぼちゃペースト	おかのや・人参・キヤベツ・かぼちゃ
20	土	かのや 白系タラとほうれん草のくたくた煮 大根と人参のとろみ煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかのや・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・片栗粉・豆腐・玉ねぎ・味噌・りんご	かのや 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかのや・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じやが芋・花ふ・味噌	かのや 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 大根と人参のとろみ煮 みそ汁	おかのや・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じやが芋・花ふ・味噌	かのや 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかのや・スケソウタラ・プロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じやが芋・花ふ・味噌	かのやペースト ほうれん草ペースト 大根・人参ペースト 豆腐・玉ねぎペースト・りんごペースト	おかのや・ほうれん草・大根・人参・豆腐・玉ねぎ・りんご	かのやペースト 玉ねぎ・プロッコリー・人参・じやが芋	おかのや・玉ねぎ・プロッコリー・人参・じやが芋
21	日	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・チングン菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・かぶ・味噌	かのや 助宗タラと小松菜のくたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかのや・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ソーメン・醤油・オレンジ	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかのや・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ソーメン・醤油・オレンジ	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかのや・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ソーメン・醤油・オレンジ	かのやペースト 玉ねぎ・チングン菜ペースト さつま芋・人参ペースト かぶペースト	おかのや・玉ねぎ・チングン菜・さつま芋・人参・かぶ	かのやペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト フルーツ(オレンジ)	おかのや・小松菜・玉ねぎ・人参・オレンジ
22	月	かのや 助宗タラとかぼちゃのほくほく煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかのや・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・りんご	かのや 豆腐と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかのや・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参	かのや 豆腐と玉ねぎのとろとろ煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかのや・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参	かのや 豆腐と玉ねぎのとろとろ煮 ほうれん草と人参のサラダ	かのやペースト かぼちゃペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんごペースト	おかのや・かぼちゃ・大根・人参・玉ねぎ・りんご	かのやペースト 豆腐・玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト	おかのや・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・人参	
23	火	ぐたくた鶏うどん じやが芋のマッシュ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・キヤベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じやが芋・チングン菜・味噌・オレンジ	かのや 助宗タラと人参のだし煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	おかのや・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	ぐたくた鶏うどん じやが芋のマッシュ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・キヤベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じやが芋・チングン菜・味噌・オレンジ	かのや 助宗タラと人参のだし煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	おかのや・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	うどんペースト キヤベツ・玉ねぎ・人参ペースト じやが芋・チングン菜ペースト フルーツ(オレンジ)	うどん・キヤベツ・玉ねぎ・人参・じやが芋・チングン菜・オレンジ	かのやペースト 人参ペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかのや・人参・小松菜・かぶ
24	水	かのや 白系タラとほうれん草のみそ煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかのや・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・豆腐・ワカメ・醤油・バナナ	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	おかのや・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌	かのや 白系タラとほうれん草のみそ煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかのや・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	おかのや・鶏肉・白菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌	かのやペースト ほうれん草ペースト 豆腐ペースト・バナナペースト	おかのや・ほうれん草・玉ねぎ・人参・大根・豆腐・バナナ	かのやペースト 白菜・玉ねぎペースト 大根ペースト	おかのや・白菜・玉ねぎ・人参・大根
25	木	かのや 鶏肉と野菜のほくほく煮 キヤベツとかぶのサラダ スープ・フルーツ(みかん)	おかのや・鶏肉・じやが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キヤベツ・かぶ・小松菜・みかん	かのや 助宗タラと玉ねぎの豆乳煮 トマトサラダ ヨーグルト	かのや 鶏肉と野菜のほくほく煮 キヤベツとかぶのサラダ スープ・フルーツ(みかん)	おかのや・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・トマト・ヨーグルト・砂糖	かのや 鶏肉と野菜のほくほく煮 キヤベツとかぶのサラダ スープ・フルーツ(みかん)	かのや 助宗タラと玉ねぎの豆乳煮 トマトサラダ ヨーグルト	かのやペースト じやが芋・玉ねぎ・人参ペースト キヤベツ・かぶペースト 小松菜ペースト・フルーツ(みかん)	かのや・じやが芋・玉ねぎ・人参・キヤベツ・かぶ・小松菜・みかん	かのやペースト 玉ねぎペースト トマトペースト	かのや・玉ねぎ・トマト	
26	金	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかのや・鶏肉・白菜・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・焼ふ	かのや 豆腐とほうれん草のコトコト煮 さつま芋となすのはくほく煮 みそ汁	おかのや・鶏肉・白菜・人参与出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・なす・もし・ワカメ・味噌	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかのや・鶏肉・白菜・人参与出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・焼ふ	かのや 豆腐とほうれん草のコトコト煮 さつま芋となすのはくほく煮 みそ汁	かのやペースト 白菜ペースト 人参ペースト	おかのや・白菜・人参	かのやペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人参ペースト さつま芋ペースト	おかのや・豆腐・ほうれん草・人参・さつま芋	
27	土	かのや 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ みそ汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・かぼちゃ・味噌	かのや 白系タラとキヤベツのだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	かのや 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根サラダ みそ汁	おかのや・シロイトタラ・キヤベツ・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・玉ねぎ・味噌・りんご	かのや 白系タラとキヤベツのだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	かのや 白系タラとキヤベツのだし煮 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	かのやペースト キヤベツペースト かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんごペースト	かのや・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・かぼちゃ	かのやペースト キヤベツペースト かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんごペースト	おかのや・キヤベツ・かぶ・人参・玉ねぎ・りんご	
28	日	かのや 助宗タラと野菜のトマト煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかのや・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマト・バッケ・水・精製塩・さつま芋・出し汁・花ふ・味噌	かのや 鶏肉・チングン菜のくたくた煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかのや・鶏肉・チングン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・じやが芋・豆腐・味噌	かのや 助宗タラと野菜のトマト煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかのや・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマト・バッケ・水・精製塩・さつま芋・出し汁・花ふ・味噌	かのやペースト 野菜のトマト煮ペースト さつま芋ペースト	おかのや・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマト・バッケ・さつま芋	かのやペースト チングン菜・人参ペースト じやが芋ペースト 豆腐ペースト	おかのや・チングン菜・人参・じやが芋・豆腐		
29	月	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参与れんこん・味噌	かのや 助宗タラと野菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 みそ汁	おかのや・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油・りんご	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかのや・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油・りんご	かのや 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 みそ汁	かのやペースト 玉ねぎ・小松菜・大根・人参与れんこん・味噌	おかのや・玉ねぎ・小松菜・大根・人参与れんこん・味噌	かのやペースト ほうれん草・ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト・りんごペースト	おかのや・ほうれん草・玉ねぎ・人参・かぶ・りんご	
30	火	かのや 助宗タラとさつま芋のほくほく煮 キヤベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかのや・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・キヤベツ・人参・豆腐・味噌・オレンジ	かのや 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 トマトとチングン菜のサラダ すまし汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・きゅうり・ワカメ・ヨーグルト・砂糖	かのや 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 トマトとチングン菜のサラダ すまし汁	おかのや・鶏肉・玉ねぎ・なす・豆乳・水・精製塩・きゅうり・ワカメ・ヨーグルト・砂糖	かのや 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 トマトとチングン菜のサラダ すまし汁	かのやペースト さつま芋ペースト キヤベツ・人参ペースト 豆腐ペースト・フルーツ(オレンジ)	かのや・さつま芋・キヤベツ・人参・豆腐・オレンジ	かのやペースト 玉ねぎペースト トマト・チングン菜ペースト じやが芋ペースト	かのや・玉ねぎ・トマト・チングン菜・じやが芋	
31	水	かのや 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりとワカメのサラダ ヨーグルト	おかのや・スケソウタラ・豆乳・水・精製塩・きゅうり・ワカメ・ヨーグルト・砂糖	かのや 白系タラと人参のやわらか煮 かぶと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかのや・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・もし・味噌・バナナ	かのや 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりとワカメのサラダ ヨーグルト	おかのや・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・もし・味噌・バナナ	かのや 鶏肉と野菜の豆乳煮 かぶと人参のやわらか煮 フルーツ(バナナ)	かのやペースト 玉ねぎペースト	おかのや	かのやペースト 小松菜ペースト かぶ・人参ペースト バナナペースト	おかのや・小松菜・かぶ・人参・バナナ	