



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	月	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぼちゃと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・じゃが芋・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぼちゃと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト トマトペースト 大根・人参ペースト じゃが芋ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・トマト・大根・人参・じゃが芋・オレンジ	かゆペースト 豆腐・白菜・チンゲン菜ペースト かぼちゃ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・白菜・チンゲン菜・かぼちゃ・人参・玉ねぎ
17	火	かゆ 鶏肉と野菜のとりとろ煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとかぶのだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・人参・キャベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のとりとろ煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとかぶのだし煮 人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・人参・キャベツ・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参	かゆペースト かぶペースト 人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・かぶ・人参・キャベツ
18	水	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 かぼちゃと人参のとりとろ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・片栗粉・もやし・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・なす・人参・出し汁・味噌・大根・ほうれん草・醤油	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 かぼちゃと人参のとりとろ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・ワカメ・片栗粉・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・なす・人参・出し汁・味噌・大根・ほうれん草・醤油	かゆペースト ブロッコリーペースト かぼちゃ・人参ペースト フルーツ(オレンジ)	おかゆ・ブロッコリー・かぼちゃ・人参・オレンジ	かゆペースト トマトペースト 豆腐・人参ペースト 大根・ほうれん草ペースト	おかゆ・トマト・豆腐・人参・大根・ほうれん草
19	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のくたくた煮 かぶと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・かぶ・人参・小松菜・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のくたくた煮 かぶと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・かぶ・人参・小松菜・さつま芋・味噌・りんご	かゆペースト じゃが芋・チンゲン菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・じゃが芋・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 白菜ペースト かぶ・人参ペースト 小松菜・さつま芋ペースト・りんごペースト	おかゆ・白菜・かぶ・人参・小松菜・さつま芋・りんご
20	金	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・キャベツ・人参・大根・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリーのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・なす	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・キャベツ・人参・大根・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリーのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・なす	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト 大根ペースト・バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・大根・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリーペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・ブロッコリー
21	土	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・かぶ・カットトマト缶・水・精製塩・じゃが芋・出し汁・人参・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・かぶ・カットトマト缶・水・精製塩・じゃが芋・出し汁・人参・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト 豆腐・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・豆腐・人参・玉ねぎ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト じゃが芋ペースト 人参ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・白菜・かぶ・カットトマト缶・じゃが芋・人参・オレンジ
22	日	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのくたくた煮 すまし汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・いよかん	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・れんこん・ほうれん草・味噌	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのくたくた煮 すまし汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・いよかん	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ほうれん草・味噌	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつま芋ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつま芋・ほうれん草
23	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 かぶサラダ みそにゆうめん	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ソーメン・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 かぶサラダ みそにゆうめん	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ソーメン・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト かぶペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・かぶ	かゆペースト トマトペースト 小松菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・トマト・小松菜・人参・玉ねぎ・オレンジ
24	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 玉ねぎとれんこんのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・れんこん・白菜・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・白菜・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・じゃが芋・味噌	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト 白菜ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・白菜	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜ペースト キャベツ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・キャベツ・人参・じゃが芋
25	水	かゆ 鶏肉と野菜のとりとろ煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・トマト・水・精製塩・人参・片栗粉・さつま芋・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・コーン・出し汁・かぶ・ワカメ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と野菜のとりとろ煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・トマト・水・精製塩・人参・片栗粉・さつま芋・人参・なす・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・コーン・出し汁・かぶ・ワカメ・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・さつま芋・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ
26	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・チンゲン菜・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・チンゲン菜・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人参・チンゲン菜	かゆペースト かぼちゃ・白菜ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・かぼちゃ・白菜・玉ねぎ
27	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・豆腐・じゃが芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 小松菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・なす・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・豆腐・じゃが芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 小松菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・なす・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト 豆腐・じゃが芋ペースト・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ・豆腐・じゃが芋・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜
28	土	くたくた鶏うどん ほうれん草のサラダ フルーツ(りんご)	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・りんご	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 きゅうりとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・きゅうり・トマト・白菜・味噌・いよかん	くたくた鶏うどん ほうれん草のサラダ フルーツ(りんご)	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・りんご	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 きゅうりとトマトのサラダ みそ汁・フルーツ(いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・きゅうり・トマト・白菜・味噌・いよかん	うどんペースト 大根・人参ペースト ほうれん草ペースト りんごペースト	うどん・大根・人参・ほうれん草・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト トマトペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・トマト・白菜

都賀せいわ保育園										
リトルキンズ	昼食	3色食品群			1～2歳児			3～5歳児		
		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)	アレルギー(乳成分・卵・小麦・大豆・鶏卵・魚・卵・小麦・大豆・鶏			

※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で分かりやすくする為の目安です。3色食品群に分類されない食材は、「3色食品群以外の使用食材」に記載しております。
※調味料のアレルギー表示は弊社でお届けしたものに限りです。また、コンタミ等のアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認ください。
※都合により、献立を変更する場合がございます。
※1～2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつ・合計栄養価になります。

2月といえば節分ですね!
おには外～福は内～!

タイハイ(株)
応援サポーター
林家たい平師匠