

## 2026年07月 材料表 一般

離乳食 後期

| 日付  | 1日(水)      | 2日(木)      | 3日(金)         | 6日(月)         | 7日(火)      | 8日(水)      | 9日(木)          | 10日(金)       | 13日(月)           | 14日(火)     | 15日(水)     |
|-----|------------|------------|---------------|---------------|------------|------------|----------------|--------------|------------------|------------|------------|
| 材   | 米          | 米<br>乾燥ワカメ | 米             | 米             | 米<br>だし昆布  | 米          | (冷)うどん<br>かつお節 | 米<br>豚肉ももミンチ | ブロッコリー<br>米粉マカロニ | 米          | 米          |
|     | さわら        |            | 豚ももミンチ        | 鶏もも肉          | 清酒         | 秋鮭         | (水)            | ごま油          | にんじん             | なす         | (冷)サイコロ豆腐  |
|     | かつお節       | (冷)サイコロ豆腐  | パプリカ(赤)       | 片栗粉           | 米酢         | (水)        | しょうゆ(うすくち)     | しょうゆ(うすくち)   | (冷)スイートコーン       | 油          | かつお節       |
|     | (水)        | だいこん       | パプリカ(黄)       | しょうゆ          | 砂糖         | コンソメ       | 本みりん           | 鶏がらスープの素     | 米酢               | 豚肉ももミンチ    | (水)        |
| 料   | しょうゆ       | にんじん       | 油             | 清酒            | 食塩         | しょうゆ(うすくち) | ねぎ             | 砂糖           | 砂糖               | にんじん       | しょうゆ       |
|     | 片栗粉        | しいたけ       | 赤みそ           | 本みりん          | 鮭フレーク      | 片栗粉        | ねぎ             | 清酒           | 食塩               | ねぎ         | 片栗粉        |
|     |            | かつお節       | 白みそ           | 砂糖            | パプリカ(赤)    |            |                | にんじん         |                  | 油          |            |
|     | こまつな       | 水          | 清酒            | じゃがいも         | パプリカ(黄)    | ほうれんそう     | (冷)サイコロ豆腐      | ほうれんそう       | 米                | 鶏がらスープの素   | こまつな       |
|     | はくさい       | しょうゆ       | 本みりん          | にんじん          | きゅうり       | にんじん       | かつお節           | 緑豆もやし        | ターメリック           | (水)        | たまねぎ       |
|     | にんじん       | 片栗粉        | 砂糖            | にんじん          | 卵          | 干しぶどう      | (水)            | (冷)スイートコーン   | たまねぎ             | 砂糖         | にんじん       |
|     | しょうゆ       |            | (水)           | きゅうり          | 米酢         | しょうゆ       | しょうゆ           | きゅうり         | ピーマン             | しょうゆ       | 花かつお       |
|     | 砂糖         | キャベツ       |               | 卵をつかってないマヨネーズ | かつお節       | 砂糖         | 片栗粉            | 片栗粉          | パプリカ(赤)          | 赤みそ        | しょうゆ(うすくち) |
|     |            | きゅうり       | モロッコ豆         | 食塩            | (水)        | 油          |                |              | 油                | 片栗粉        | 砂糖         |
|     | なす         | しょうゆ(うすくち) | にんじん          |               | 食塩         | 食塩         |                | れんこん         | カットはるさめ          | (水)        |            |
|     | かつお節       | 砂糖         | (冷)スイートコーン    | たまねぎ          | しょうゆ(うすくち) | しょうゆ(うすくち) | たまねぎ           | にんじん         | しょうゆ(うすくち)       | 食塩         | ねぎ         |
|     | (水)        |            | 卵をつかってないマヨネーズ | 乾燥ワカメ         | 人参(星型)     | オクラ        | じゃがいも          | (冷)さやいんげん    | 砂糖               | トマト        | (水)        |
| 赤みそ | こまつな       | しょうゆ       | しょうゆ          | オクラ           | かつお節       | オクラ        | (冷)スイートコーン     | 油            | ズッキーニ            | かつお節       |            |
| 白みそ | たまねぎ       |            | とうがん          | かつお節          | 水          | トマト        | しょうゆ           | (冷)サイコロ豆腐    | 米酢               | 白みそ        |            |
| ねぎ  | (水)        |            | カットはるさめ       | 白みそ           | しょうゆ(うすくち) | (水)        | バナナ            | にら           | コンソメ             | 赤みそ        |            |
|     | かつお節       |            | 鶏がらスープの素      | 赤みそ           | 片栗粉        | コンソメ       |                | (水)          | しょうゆ(うすくち)       | 砂糖         |            |
|     | しょうゆ(うすくち) |            | しょうゆ(うすくち)    |               | 水          | しょうゆ(うすくち) |                | 鶏がらスープの素     | 食塩               | ごま油        |            |
|     | 食塩         |            | 食塩            |               | だいこん       | 食塩         |                | 食塩           | (粉)パセリ           |            |            |
|     |            |            |               |               | にんじん       |            |                |              |                  | (冷)サイコロ豆腐  |            |
|     |            |            |               |               | きゅうり       |            |                |              |                  | チンゲンサイ     |            |
|     |            |            |               |               | しいたけ       |            |                |              |                  | (冷)スイートコーン |            |
|     |            |            |               |               | 米酢         |            |                |              |                  | (水)        |            |
|     |            |            |               |               | しょうゆ(うすくち) |            |                |              |                  | 鶏がらスープの素   |            |
|     |            |            |               |               | 砂糖         |            |                |              |                  | しょうゆ(うすくち) |            |
|     |            |            |               |               |            |            |                |              |                  | 食塩         |            |
|     |            |            |               |               | 小玉すいか      |            |                |              |                  |            |            |

| 日付 | 16日(木)                                                                                                                                         | 17日(金)                                                                                                                                                                                | 21日(火)                                                                                                                                                                                                           | 22日(水)                                                                                                                                                                      | 23日(木)                                                                                                                                                                            | 24日(金)                                                                                                                                                                                | 27日(月)                                                                                                                                                               | 28日(火)                                                                                                                                                                          | 29日(水)                                                                                                                                                                                     | 30日(木)                                                                                                                                                                                                                   | 31日(金)                                                                                                                                                                                                                        |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | 米<br><br>鶏もも肉切込み<br>たまねぎ<br>じゃがいも<br>にんじん<br>コンソメ<br>(水)<br>ケチャップ<br>片栗粉<br><br>キャベツ<br>きゅうり<br>パプリカ(赤)<br>米酢<br>砂糖<br>油<br>食塩<br><br>ホームランメロン | (冷)うどん<br>まぐろ米油漬けフレーク<br>にんじん<br>きゅうり<br>(冷)スイートコーン<br>しょうゆ<br>米酢<br>砂糖<br>鶏がらスープの素<br>(水)<br>ごま油<br><br>かぼちゃ<br>ブロッコリー<br>パプリカ(赤)<br><small>卵をつかってないマヨネーズ</small><br>食塩<br><br>小玉すいか | カットスバゲティー(乾)<br>たまねぎ<br>パプリカ(赤)<br>ピーマン<br>油<br>ケチャップ<br>コンソメ<br>中濃ソース<br>食塩<br><br>にんじん<br>キャベツ<br>きゅうり<br>(冷)スイートコーン<br>米酢<br>しょうゆ<br>砂糖<br>油<br><br>じゃがいも<br>しめじ<br>(水)<br>コンソメ<br>しょうゆ(うすくち)<br>食塩<br>(粉)パセリ | 米<br><br>さわら<br>かつお節<br>(水)<br>しょうゆ<br>片栗粉<br><br>ひじき<br>にんじん<br>れんこん<br>(冷)さやいんげん<br>油<br>かつお節<br>(水)<br>中双<br>しょうゆ<br><br>たまねぎ<br>(水)<br>かつお節<br>しょうゆ(うすくち)<br>食塩<br>根みつば | 米<br><br>(冷)サイコロ豆腐<br>たまねぎ<br>スープストック<br>(水)<br>ケチャップ<br>片栗粉<br><br>だいこん<br>きゅうり<br>にんじん<br>花かつお<br>米酢<br>しょうゆ<br>砂糖<br>油<br><br>たまねぎ<br>なす<br>乾燥ワカメ<br>(水)<br>かつお節<br>白みそ<br>赤みそ | 米<br><br>(冷)サイコロ豆腐<br>豚肉ももミンチ<br>にんじん<br>しいたけ<br>油<br>(水)<br>鶏がらスープの素<br>砂糖<br>しょうゆ<br>赤みそ<br>片栗粉<br>(水)<br>ねぎ<br><br>キャベツ<br>きゅうり<br>にんじん<br>しょうゆ(うすくち)<br>砂糖<br>ごま油<br><br>ホームランメロン | 米<br>菜めし<br><br>(冷)サイコロ豆腐<br>だいこん<br>だし汁<br>しょうゆ<br>片栗粉<br><br>にんじん<br>きゅうり<br>しょうゆ<br>砂糖<br><br>とうがん<br>にんじん<br>(水)<br>かつお節<br>しょうゆ(うすくち)<br>食塩<br>片栗粉<br>水<br>あさつき | (冷)うどん<br>豚肉ももミンチ<br>油<br>(水)<br>赤みそ<br>しょうゆ<br>本みりん<br>砂糖<br><br>たまねぎ<br>ピーマン<br>パプリカ(赤)<br>油<br>食塩<br><br>オクラ<br>キャベツ<br>にんじん<br>まぐろ米油漬けフレーク<br>米酢<br>しょうゆ<br>砂糖<br><br>小玉すいか | 米<br><br>(冷)サイコロ豆腐<br>かつお節<br>(水)<br>しょうゆ<br>片栗粉<br><br>なす<br>ピーマン<br>パプリカ(赤)<br>パプリカ(黄)<br>油<br>かつお節<br>(水)<br>しょうゆ<br>本みりん<br>砂糖<br><br>とうがん<br>えのきたけ<br>(水)<br>かつお節<br>白みそ<br>赤みそ<br>ねぎ | 米<br><br>秋鮭<br>食塩<br>たまねぎ<br>トマト水煮<br>油<br>コンソメ<br>中濃ソース<br>砂糖<br>ローリエ(リーフ)<br>食塩<br>(粉)パセリ<br><br>ブロッコリー<br>だいこん<br>にんじん<br>(冷)スイートコーン<br>米酢<br>砂糖<br>食塩<br><br>キャベツ<br>しめじ<br>乾燥ワカメ<br>(水)<br>コンソメ<br>しょうゆ(うすくち)<br>食塩 | 米<br><br>鶏もも肉切り込み<br>清酒<br>しょうゆ<br>油<br>キャベツ<br>たまねぎ<br>食塩<br>赤みそ<br>本みりん<br>しょうゆ<br>清酒<br><br>かぼちゃ<br>(冷)さやいんげん<br>かつお節<br>(水)<br>しょうゆ<br>本みりん<br>砂糖<br>花かつお<br><br>緑豆もやし<br>しめじ<br>乾燥ワカメ<br>(水)<br>かつお節<br>しょうゆ(うすくち)<br>食塩 |