2019年度

7月

離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

日付		献立名	材料名	おやつ
01月	初期（ゴックン）	お粥　豆腐　人参	米/絹ごし豆腐/にんじん/	抹茶パンケーキ （ホットケーキミックス粉・牛乳・抹茶）
	中期（モグモグ）	お粥　豆腐のぽってり煮	米/絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/きゅうり/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥　鶏肉のしょうゆ焼き　ゆで野菜　味噌汁	米/鶏肉/しょうゆ/三温糖/にんじん/きゅうり/絹ごし豆腐/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	完了期（パクパク）	軟飯　鶏肉の梅マヨ焼き　カムカムサラダ　味噌汁	米/鶏肉/酒/塩/うめぴしお/マヨネーズ/しょうゆ/三温糖/切り干しだいこん/にんじん/きゅうり/もやし/しょうゆ/三温糖/塩/ごま油/絹ごし豆腐/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
02火	初期（ゴックン）	お粥　玉葱　人参	米/たまねぎ/にんじん/	コーンおにぎり （米・とうもろこし・塩）
	中期（モグモグ）	お粥　鰆の彩り野菜あんかけ	米/さわら/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥　鰆のフライ　オクラのお浸し　スープ	米/さわら/塩/小麦粉/卵/パン粉/なたね油/オクラ/しょうゆ/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	完了期（パクパク）	軟飯　あじのアーモンドフライ　オクラのチーズおかか和え　スープ	米/あじ/塩/小麦粉/卵/パン粉/スライスアーモンド/なたね油/オクラ/クリームチーズ/糸かつお/しょうゆ/ベーコン/ズッキーニ/たまねぎ/にんじん/コンソメ/塩/	
03水	初期（ゴックン）	お粥　大根　キャベツ	米/だいこん/キャベツ/	オレンジヨーグルト （ヨーグルト・オレンジ・三温糖）
	中期（モグモグ）	お粥　ささみのとろとろ煮	米/鶏ささみ/だいこん/にんじん/キャベツ/さといも/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥　筑前煮　ツナわかめのマヨサラダ	米/鶏肉/だいこん/にんじん/さといも/いんげんまめ(冷)/しょうゆ/三温糖/本みりん/だしかつお/こんぶ(だし用)/ツナ/にんじん/キャベツ/わかめ(乾)/しょうゆ/マヨネーズ/	
	完了期（パクパク）	軟飯　筑前煮　ツナわかめのマヨサラダ	米/鶏肉/だいこん/たけのこ(ゆで)/にんじん/ごぼう/れんこん/さといも/板こんにゃく/ちくわ/干ししいたけ/いんげんまめ(冷)/しょうゆ/三温糖/本みりん/酒/だしかつお/こんぶ(だし用)/ツナ/にんじん/キャベツ/わかめ(乾)/しょうゆ/マヨネーズ/	
04木	初期（ゴックン）	お粥　ブロッコリー　かぼちゃ	米/キャベツ/かぼちゃ/	大学芋 （さつまいも・三温糖・なたね油・黒ごま・酢）
	中期（モグモグ）	お粥　鮭の野菜あんかけ	米/紅鮭/きゅうり/にんじん/かぼちゃ/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥　さけのトマトマヨ焼き　ゆで野菜　スープ	米/紅鮭/トマト/マヨネーズ/塩/きゅうり/にんじん/鶏肉/かぼちゃ/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	完了期（パクパク）	軟飯　さけのトマトマヨ焼き　キャベツときゅうりのゴマ酢和え　スープ	米/紅鮭/トマト/マヨネーズ/塩/キャベツ/きゅうり/三温糖/しょうゆ/酢/すりごま/鶏肉/かぼちゃ/たまねぎ/しめじ/コンソメ/塩/	
05金	初期（ゴックン）	お粥　じゃがいも　玉葱	米/じゃがいも/たまねぎ/	じゃこチーズおにぎり （米・チリメン・チーズ）
	中期（モグモグ）	チリメン粥　彩り野菜のだし煮	米/チリメン/にんじん/きゅうり/オクラ/たまねぎ/じゃがいも/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	彩り混ぜご飯　ふかし芋　すまし汁	米/にんじん/三温糖/塩/高野豆腐/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/三温糖/チーズ/チリメン/きゅうり/じゃがいも/塩/オクラ/たまねぎ/そうめん/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	完了期（パクパク）	七夕ちらし(軟飯)　星のコロッケ　すまし汁	米/こんぶ(だし用)/酢/砂糖/塩/にんじん/れんこん/酢/三温糖/塩/高野豆腐/干ししいたけ/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/本みりん/三温糖/コーン缶/チーズ/チリメン/きゅうり/ポテトコロッケ(冷)/なたね油/オクラ/たまねぎ/そうめん/かまぼこ/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
06土	初期（ゴックン）	野菜粥	米/はくさい/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	中期（モグモグ）	ささみ入りお粥	米/鶏ささみ/はくさい/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	後期（カミカミ）	中華丼(お粥)	米/豚肉/はくさい/にんじん/もやし/三温糖/しょうゆ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	完了期（パクパク）	皿うどん　果物	揚げ麺/豚肉/しょうが/酒/はくさい/にんじん/もやし/にら/三温糖/しょうゆ/中華だしの素/片栗粉/バナナ/	

2019年度

7月

離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

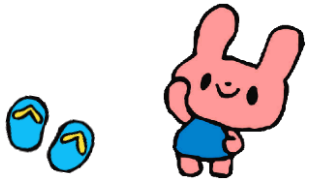
日付		献立名	材料名	おやつ
08月	初期（ゴックン）	お粥 胡瓜 玉葱	米/きゅうり/たまねぎ/	人参パンケーキ （ホットケーキミックス粉・牛乳・人参）
	中期（モグモグ）	お粥 鰆の彩り野菜あんかけ	米/さわら/きゅうり/レタス/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥 鰆のムニエル ゆで野菜 スープ	米/さわら/塩/小麦粉/バター/きゅうり/にんじん/鶏肉/レタス/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	完了期（パクパク）	軟飯 さばのカレームニエル きゅうりの黒ごまサラダ スープ	米/さば/塩/カレー粉/小麦粉/バター/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/黒ごま/しょう/塩/鶏肉/レタス/たまねぎ/えのきたけ/コンソメ/塩/	
09火	初期（ゴックン）	お粥 豆腐 人参	米/絹ごし豆腐/にんじん/	じゃこチップ （かえりちりめん・三温糖・しょうゆ・本みりん・酒）
	中期（モグモグ）	お粥 豆腐のとろっと煮	米/絹ごし豆腐/たまねぎ/レタス/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	タコライス(お粥) かきたま汁	米/豚ひき肉/たまねぎ/ケチャップ/三温糖/トマト/レタス/チーズ/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/卵/片栗粉/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	完了期（パクパク）	タコライス(軟飯) かきたま汁 果物	米/とうもろこし(冷)/塩/マーガリン/豚ひき肉/たまねぎ/にんにく/しょうが/ウスターソース/ケチャップ/カレー粉/塩/トマト/レタス/チーズ/絹ごし豆腐/たまねぎ/みつば/卵/片栗粉/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/りんご/	
10水	初期（ゴックン）	お粥 玉葱 人参	米/たまねぎ/にんじん/	マーラカオ （ホットケーキミックス粉・卵・牛乳・三温糖・しょうゆ・なたね油・ごま油・干しぶどう）
	中期（モグモグ）	お粥 鶏ささみの野菜あんかけ	米/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/なす/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥 肉豆腐 いんげんのお浸し	米/豚肉/木綿豆腐/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/三温糖/いんげん/にんじん/鶏ささみ/しょうゆ/	
	完了期（パクパク）	軟飯 肉豆腐 いんげんのピーナッツバター和え	米/豚肉/木綿豆腐/干ししいたけ/たけのこ(水煮)/たまねぎ/にんじん/糸こんにゃく/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/本みりん/三温糖/酒/いんげん/にんじん/鶏ささみ/ピーナッツバター/しょうゆ/三温糖/	
11木	初期（ゴックン）	お粥 かぼちゃ キャベツ	米/かぼちゃ/キャベツ/	果物・ゆで野菜 （すいか・人参）
	中期（モグモグ）	お粥 かれいの味噌風味煮	米/かれい/かぼちゃ/キャベツ/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥 かれいの野菜あんかけ 添え野菜(ミニトマト) 味噌汁	米/かれい/小麦粉/なたね油/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/三温糖/塩/しょうゆ/片栗粉/ミニトマト/豚肉/かぼちゃ/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	完了期（パクパク）	軟飯・のり アジの南蛮漬け 添え野菜(ミニトマト) 味噌汁	米/味付けのり/あじ/小麦粉/なたね油/たまねぎ/にんじん/ピーマン/酢/三温糖/塩/しょうゆ/ミニトマト/豚肉/ごぼう/かぼちゃ/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
12金	初期（ゴックン）	お粥 じゃがいも 人参	米/じゃがいも/にんじん/	シュガートースト （食パン・マーガリン・グラニュー糖）
	中期（モグモグ）	お粥 ホコホコポテト	米/鶏ささみ/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/	
	後期（カミカミ）	ハヤシライス(お粥) きゅうりのお浸し	米/豚肉/にんじん/たまねぎ/じゃがいも/バター/小麦粉/ケチャップ/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/きゅうり/しょうゆ/	
	完了期（パクパク）	ハヤシライス(軟飯) 中華漬け(きゅうり)	米/豚肉/にんじん/たまねぎ/グリンピース(冷)/じゃがいも/まいたけ/バター/小麦粉/コンソメ/ウスターソース/たこ焼きソース/ケチャップ/塩/きゅうり/三温糖/しょうゆ/酢/ごま油/	
13土	初期（ゴックン）	彩り野菜のパン粥	食パン/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	中期（モグモグ）	彩り野菜の豆乳パン粥	食パン/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/きゅうり/豆乳/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	後期（カミカミ）	ポテサラドック 豆乳スープ	ホットドッグパン/じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/塩/たまねぎ/にんじん/トウミョウ/豆乳/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩	
	完了期（パクパク）	ポテサラドック 豆乳スープ	ホットドッグパン/じゃがいも/にんじん/ハム/きゅうり/とうもろこし(冷)/マヨネーズ/塩/ウインナー/たまねぎ/にんじん/しめじ/トウミョウ/豆乳/コンソメ/塩	

2019年度

7月 離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

日付		献立名	材料名	おやつ
15月	初期（ゴックン）		海の日	
	中期（モグモグ）			
	後期（カミカミ）			
	完了期（パクパク）			
16火	初期（ゴックン）	お粥　豆腐　人参	米/絹ごし豆腐/にんじん/	きな粉揚げパン （コッペパン・きな粉・三温糖・塩・なたね油）
	中期（モグモグ）	お粥　鮭の味噌風味煮	米/さけ/にんじん/絹ごし豆腐/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥　鮭の塩こうじ焼き　切り干し大根の旨煮　味噌汁	米/さけ/塩こうじ/切り干しだいこん/油揚げ/にんじん/三温糖/しょうゆ/絹ごし豆腐/つるむらさき/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	完了期（パクパク）	軟飯　鮭の塩こうじ焼き　切り干し大根の旨煮　味噌汁	米/さけ/塩こうじ/切り干しだいこん/油揚げ/にんじん/つきこんにゃく/三温糖/本みりん/しょうゆ/絹ごし豆腐/つるむらさき/なめこ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
17水	初期（ゴックン）	納豆粥　キャベツ　玉葱	米/キャベツ/たまねぎ/	果物・動物チーズ （ぶどう・動物チーズ）
	中期（モグモグ）	納豆粥　野菜のとろっと煮	米/納豆/にんじん/キャベツ/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	スタミナっとう丼(お粥)　蒸し鶏のお浸し　卵入りトマトの味噌汁	米/納豆/豚ひき肉/もやし/にんじん/しょうゆ/三温糖/鶏ささみ/キャベツ/にんじん/しょうゆ/トマト/たまねぎ/卵/片栗粉/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	完了期（パクパク）	スタミナっとう丼(軟飯)　蒸し鶏と春雨のサラダ　卵入りトマトの味噌汁	米/納豆/豚ひき肉/もやし/にんじん/しょうゆ/本みりん/三温糖/刻み海苔/鶏ささみ/キャベツ/はるさめ/にんじん/わかめ(乾)/コーン缶/酢/三温糖/しょうゆ/ごま油/トマト/たまねぎ/えのきたけ/卵/片栗粉/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
18木	初期（ゴックン）	軟飯　じゃがいも　人参	米/じゃがいも/にんじん/	かぼちゃのプチパン （ホットケーキミックス粉・三温糖・バター・かぼちゃ）
	中期（モグモグ）	軟飯　ホコホコポテト	米/鶏ささみ/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/きゅうり/	
	後期（カミカミ）	軟飯　肉じゃが　もずくと胡瓜のお浸し	米/牛肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/三温糖/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/もずく/きゅうり/しょうゆ/	
	完了期（パクパク）	軟飯　肉じゃが　もずくの酢の物	米/牛肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/いんげんまめ(冷)/糸こんにゃく/三温糖/本みりん/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/なたね油/もずく/きゅうり/かにかまぼこ/しょうゆ/酢/三温糖/	
19金	初期（ゴックン）	お粥　ブロッコリー　キャベツ	米/ブロッコリー/キャベツ/	黒ゴマ入り蒸しパン （ホットケーキミックス粉・牛乳・黒ごま・三温糖）
	中期（モグモグ）	お粥　鶏ささみの彩り野あんかけ	米/鶏ささみ/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/キャベツ/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥　鶏のふんわり唐揚げ　きゅうりのお浸し　スープ	米/鶏肉/しょうゆ/卵/小麦粉/片栗粉/なたね油/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ/キャベツ/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	完了期（パクパク）	軟飯　鶏のふんわり唐揚げ　きゅうりの黒ごまサラダ　スープ	米/鶏肉/しょうゆ/酒/しょうが/にんにく/卵/小麦粉/片栗粉/なたね油/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/黒ごま/塩/しょうゆ/ウインナー/キャベツ/たまねぎ/にんじん/コンソメ/塩/	
20土	初期（ゴックン）	野菜うどん	ゆでうどん/にんじん/たまねぎ/はくさい/だしかつお/こんぶ(だし用)/	
	中期（モグモグ）	野菜うどん	ゆでうどん/さつまいも/にんじん/たまねぎ/はくさい/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	後期（カミカミ）	きつねうどん　ゆで野菜	ゆでうどん/鶏肉/油揚げ/にんじん/たまねぎ/はくさい/しょうゆ/三温糖/こんぶ(だし用)/だしかつお/さつまいも/	
	完了期（パクパク）	きつねうどん　さつま芋レモン煮	ゆでうどん/鶏肉/油揚げ/にんじん/たまねぎ/はくさい/葉ねぎ/しょうゆ/本みりん/三温糖/こんぶ(だし用)/だしかつお/さつまいも/三温糖/レモン/しょうゆ/	

2019年度

7月

離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

日付		献立名	材料名	おやつ
22月	初期（ゴックン）	お粥 キャベツ 人参	米/キャベツ/にんじん/	チーズ入りおやき （塩・しょうゆ・おやつチーズ・なたね油）
	中期（モグモグ）	お粥 さわらの味噌風味煮	米/さわら/キャベツ/きゅうり/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥 焼き魚 こぶ和え 味噌汁	米/さわら/キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ/切り干しだいこん/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	完了期（パクパク）	しょうがごはん(軟飯) 焼き魚 こぶ和え 味噌汁	米/しょうが/こんぶ(だし用)/しょうゆ/酒/塩/あじ/キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ/切り干しだいこん/なめこ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
23火	初期（ゴックン）	お粥 玉葱 人参	米/たまねぎ/にんじん/	いちじくヨーグルト （ヨーグルト・いちじく・バナナ・三温糖）
	中期（モグモグ）	お粥 鶏ささみの野菜あんかけ	米/鶏ささみ/きゅうり/レタス/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	マーボーナス丼(お粥) ささみ入り胡瓜お浸し スープ	米/なす/なたね油/豚ひき肉/赤みそ/しょうゆ/三温糖/片栗粉/こんぶ(だし用)/だしかつお/鶏ささみ/きゅうり/もやし/わかめ(乾)/しょうゆ/レタス/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	完了期（パクパク）	マーボーナス丼(軟飯) ささみ入り胡瓜ナムル スープ	米/なす/なたね油/生揚げ/豚ひき肉/にんにく/しょうが/ねぎ/ごま油/酒/赤みそ/しょうゆ/三温糖/片栗粉/中華だしの素/鶏ささみ/きゅうり/もやし/とうもろこし(冷凍)/わかめ(乾)/酢/しょうゆ/三温糖/ごま油/レタス/たまねぎ/にんじん/えのきたけ/コンソメ/塩/	
24水	初期（ゴックン）	お粥 大豆 人参	米/だいず水煮缶詰/にんじん/	れんこんもち （れんこん・片栗粉・三温糖・塩・粉チーズ・なたね油）
	中期（モグモグ）	お粥 大豆のぼってり煮	米/だいず水煮缶詰/たまねぎ/にんじん/チンゲンサイ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	お粥 大豆のトマト煮 チンゲンサイのツナマヨ和え	米/だいず水煮缶詰/牛肉/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/ホールトマト缶詰/味噌/塩/チンゲンサイ/もやし/ツナ/マヨネーズ/塩/	
	完了期（パクパク）	軟飯 大豆と根菜のトマト煮 チンゲンサイのツナマヨ和え	米/だいず水煮缶詰/牛肉/たまねぎ/にんじん/れんこん/ごぼう/なたね油/コンソメ/ホールトマト缶詰/味噌/塩/チンゲンサイ/もやし/ツナ/マヨネーズ/塩/	
25木	初期（ゴックン）	お粥 ほうれん草 キャベツ	米/ほうれんそう/片栗粉/キャベツ/	カレートースト （食パン・玉葱・人参・干しぶどう・グリンピース(冷)・ツナ・ケチャップ・ウスターソース・カレー粉・塩・三温糖）
	中期（モグモグ）	お粥 マグロの彩り野菜あんかけ	米/マグロ/キャベツ/にんじん/ほうれんそう/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	ちゃんぽん マグロの唐揚げ	ゆで中華そば/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/にんじん/牛乳/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/塩/マグロ/片栗粉/なたね油/しょうゆ/三温糖/ほうれんそう/	
	完了期（パクパク）	ちゃんぽん 豚レバーの甘辛和え 果物	ゆで中華そば/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/かまぼこ/にんじん/とうもろこし(冷)/牛乳/中華だしの素/しょうゆ/塩/こしょう/ごま油/豚レバー/片栗粉/なたね油/しょうゆ/本みりん/三温糖/ほうれんそう/すもも/	
26金	初期（ゴックン）	お粥 玉葱 ほうれん草	米/たまねぎ/ほうれんそう/片栗粉/	豆腐のもっちりパンケーキ （ホットケーキミックス粉・牛乳・絹ごし豆腐）
	中期（モグモグ）	お粥 やわらか鶏団子と青菜の煮込み	米/鶏ひき肉/とうがん/絹ごし豆腐/たまねぎ/ほうれんそう/だしかつお/こんぶ(だし用)/味噌/片栗粉/	
	後期（カミカミ）	青菜粥 冬瓜のそぼろあんかけ 味噌汁	米/ほうれんそう/とうがん/鶏ひき肉/しょうゆ/三温糖/片栗粉/なたね油/絹ごし豆腐/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	完了期（パクパク）	うなぎのスタミナ丼(軟飯) 冬瓜のそぼろあんかけ 味噌汁	米/うなぎの蒲焼き/うなぎのたれ/ほうれんそう/卵/三温糖/塩/とうがん/鶏ひき肉/しょうゆ/三温糖/片栗粉/なたね油/絹ごし豆腐/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
27土	初期（ゴックン）	おじや	米/はくさい/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	中期（モグモグ）	おじや	米/鶏ささみ/はくさい/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	後期（カミカミ）	五目ラーメン	ゆで中華そば/豚肉/はくさい/卵/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/塩/片栗粉/	
	完了期（パクパク）	スーランタンメン 果物	ゆで中華そば/豚肉/はくさい/ねぎ/たけのこ(缶詰)/にんじん/干ししいたけ/卵/中華だしの素/酢/しょうゆ/塩/片栗粉/ごま油/オレンジ/	