

離乳食献立表（初期）

2024年05月

初期

パドマ・ナーサリースクール

日付	献立名	材料名	おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01水	おかゆ 豆腐と野菜のどろどろ煮 大根ときゅうりのおろし煮 バナナ	米///焼き豆腐/たまねぎ/はくさい/にんじん/かつおだし汁///だいこん/きゅうり/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	102Kc 2.5g 0.7g 1.0g
02木	おかゆ 豆腐と野菜のどろどろ煮 ほうれん草のつぶし煮 大根のつぶし煮	米///絹ごし豆腐/たまねぎ/かつおだし汁///ほうれんそう/にんじん/かつおだし汁///だいこん/はくさい/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	85Kc 2.5g 0.6g 1.1g
07火	おかゆ 鮭のつぶし煮 にんじんのつぶし煮 野菜のだし汁	米///さけ/かつおだし汁///にんじん/かつおだし汁///じゃがいも/たまねぎ/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	101Kc 5.3g 0.9g 1.3g
08水	おかゆ 豆腐と野菜のどろどろ煮 ほうれん草のつぶし煮 バナナ	米///絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///ほうれんそう/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	85Kc 2.7g 0.9g 1.2g
09木	おかゆ 白身魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 野菜のだし汁	米///かれい/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/かつおだし汁///じゃがいも/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	99Kc 5.5g 0.5g 1.5g
10金	パン粥 豆腐と野菜のどろどろ煮 キャベツのつぶし煮 みかんのシロップ漬	ロールパン///絹ごし豆腐/たまねぎ/じゃがいも/にんじん/かつおだし汁///キャベツ/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	70Kc 2.4g 1.5g 2.1g
11土	野菜入りすりつぶし粥 野菜のだし汁	米/しらす干し/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///レタス/絹ごし豆腐/かつおだし汁/		90Kc 4.2g 0.7g 0.5g
13月	おかゆ 白身魚のつぶし煮 にんじんのつぶし煮 野菜のだし汁 みかんのシロップ漬	米///かれい/かつおだし汁///にんじん/かつおだし汁///たまねぎ/はくさい/ほうれんそう/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	103Kc 5.8g 0.5g 0.6g
14火	おかゆ しらすと野菜のつぶし煮 きゅうりのおろし煮	米///絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///きゅうり/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	87Kc 2.5g 0.8g 0.7g
15水	おかゆ 豆腐のどろどろ煮 キャベツのつぶし煮 野菜のつぶし煮	米///絹ごし豆腐/かつおだし汁///キャベツ/かつおだし汁///たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	101Kc 2.6g 0.8g 0.8g
16木	おかゆ 豆腐と野菜のどろどろ煮 野菜つぶし煮	米///絹ごし豆腐/はくさい/たまねぎ/チンゲンサイ/かつおだし汁///にんじん/きゅうり/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	83Kc 2.1g 0.5g 0.8g
17金	パン粥 野菜のつぶし煮 野菜のおろし煮 みかんのシロップ漬	ロールパン///たまねぎ/じゃがいも/にんじん/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	98Kc 3.2g 2.1g 2.6g
18土	しらすのすりつぶし粥 野菜のだし汁	米/しらす干し/キャベツ/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///じゃがいも/だいこん/かつおだし汁/		99Kc 5.4g 0.5g 1.4g
20月	おかゆ 鮭のつぶし煮 にんじんのつぶし煮 野菜のつぶし煮 みかんのシロップ漬	米///さけ/かつおだし汁///にんじん/かつおだし汁///かぼちゃ/だいこん/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	108Kc 5.4g 0.9g 0.7g

離乳食献立表（初期）

2024年05月

初期

パドマ・ナーサリースクール

日付	献立名	材料名	おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
21火	おかゆ 野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし煮	米///じゃがいも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///こまつな/にんじん/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	90Kc 2.1g 0.3g 2.3g
22水	おかゆ しらすと野菜のつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 豆腐と野菜のとろとろ煮 みかんのシロップ漬	米///しらす干し/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///ブロッコリー/かつおだし汁///だいこん/絹ごし豆腐/にんじん/かつおだし汁///みかん/	赤ちゃんせんべい	96Kc 4.1g 0.7g 1.2g
23木	おかゆ 白身魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶし煮 野菜のだし汁	米///かれい/かつおだし汁///ほうれんそう/かつおだし汁///絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	95Kc 5.6g 0.8g 0.7g
24金	豆腐と野菜のとろとろ煮 キャベツの割り醤油和えみそ汁	米///絹ごし豆腐/たまねぎ/かつおだし汁///キャベツ/かつおだし汁///だいこん/かぼちゃ/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	91Kc 2.7g 0.8g 0.9g
25土	しらすうどんのとろとろ煮 じゃが芋のつぶし煮	うどん/しらす干し/かつおだし汁/じゃがいも/かつおだし汁/		73Kc 3.5g 0.1g 1.4g
27月	おかゆ 白身魚のつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 野菜のだし汁 みかんのシロップ漬	米///かれい/かつおだし汁///ブロッコリー/かつおだし汁///たまねぎ/だいこん/かつおだし汁///みかん/	赤ちゃんせんべい	79Kc 5.4g 0.5g 1.0g
28火	おかゆ 野菜と豆腐のとろとろ煮 キャベツのつぶし煮	米///絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁///キャベツ/しらす干し/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	60Kc 1.8g 0.4g 0.6g
29水	おかゆ 野菜のとろとろ煮 野菜のだし汁 バナナ	米///絹ごし豆腐/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁///絹ごし豆腐/たまねぎ/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	104Kc 3.1g 1.0g 1.0g
30木	おかゆ 野菜のとろとろ煮 野菜のだし汁	米///じゃがいも/にんじん/かつおだし汁///だいこん/たまねぎ/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	86Kc 2.1g 0.2g 1.7g
31金	パン粥 野菜のとろとろ煮 キャベツのつぶし煮 みかんのシロップ漬	ロールパン///じゃがいも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	83Kc 2.6g 1.7g 2.3g