

離乳食献立表（後期）

2024年06月

後期

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土	しらすうどんのやわらか煮 大根の含め煮	うどん/牛ひき肉/しらす干し/たまねぎ/にんじん/ねぎ/しょうゆ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///だいこん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/		202Kc 10.6g 5.3g 1.0g
03月	軟飯 煮魚 野菜の割り醬 油和え すまし汁 みかんのシロップ漬け	米///かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///にんじん/だいこん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///ほうれんそう/たまねぎ/焼ふ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	209Kc 10.6g 0.9g 1.2g
04火	軟飯 豆腐と野菜のみそ炒め煮 ほうれん草のおひたし	米///絹ごし豆腐/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/ねぎ/油/しょうゆ/砂糖/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/片栗粉///ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	244Kc 9.9g 6.0g 2.3g
05水	御飯 鶏のそぼろ煮 野菜 サラダ たっぷり野菜の スープ バナナ	米///鶏ひき肉/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/にんじん/油/酢/砂糖/しょうゆ///じゃがいも/にんじん/たまねぎ/アレルギー用ブイオン///バナナ/	赤ちゃんせんべい	291Kc 10.5g 6.5g 3.5g
06木	軟飯 豆腐と野菜の炒め煮 ほうれん草のおかか和え みそ汁	米///絹ごし豆腐/豚ひき肉/たまねぎ/油/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉///ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/かつおだし汁/花かつお///だいこん/はくさい/カットわかめ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	262Kc 11.7g 7.3g 2.7g
07金	パン粥 豆腐と野菜のうま煮 グリーンサラダ みかんのシロップ漬け	ロールパン///牛ひき肉/絹ごし豆腐/たまねぎ/じゃがいも/にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/ツナ油漬缶/油/酢/砂糖///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	219Kc 9.1g 9.4g 4.2g
08土	おじや レタスのスープ	米/しらす干し/たまねぎ/にんじん/ピーマン/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///レタス/絹ごし豆腐/カットわかめ/アレルギー用ブイオン/		181Kc 8.2g 1.3g 1.3g
10月	軟飯 煮魚 ほうれん草の 割り醬油和え みそ汁 みかんのシロップ漬け	米///かれい/しょうゆ/砂糖///ほうれんそう/しょうゆ/かつおだし汁///絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	223Kc 12.2g 2.0g 2.1g
11火	軟飯 肉じゃが風煮 三色 和え	米///牛ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/砂糖/しょうゆ/油/かつおだし汁///こまつな/にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	244Kc 7.9g 5.2g 4.7g
12水	軟飯 鶏のそぼろ煮 キャベツの甘酢和え わかめスープ バナナ	米///鶏ひき肉/しょうゆ/砂糖/片栗粉/かつおだし汁///キャベツ/にんじん/酢/砂糖/しょうゆ///カットわかめ/たまねぎ/チンゲンサイ/ねぎ/アレルギー用ブイオン/片栗粉///バナナ/	赤ちゃんせんべい	296Kc 12.2g 6.4g 1.7g
13木	軟飯 野菜のそぼろ煮 ゆで野菜(ブロッコリー) だいこんスープ	米///鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉///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/アレルギー用ブイオン/	赤ちゃんせんべい	216Kc 9.9g 4.4g 2.3g
14金	パン粥 鶏と野菜のうま煮 ツナサラダ みかんのシロップ漬け	ロールパン///鶏ひき肉/たまねぎ/じゃがいも/にんじん/砂糖/しょうゆ/片栗粉/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/ツナ水煮缶/酢/砂糖/しょうゆ(うすくち)///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	270Kc 11.0g 6.7g 5.2g
15土	おじや 野菜スープ	米/豚ひき肉/しらす干し/レタス/にんじん/ねぎ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///じゃがいも/たまねぎ/アレルギー用ブイオン/		226Kc 9.3g 4.7g 3.3g
17月	軟飯 鮭のやわらか煮 小松菜の割り醬油和え みそ汁 みかんのシロップ漬け	米///さけ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉///こまつな/にんじん/しょうゆ/かつおだし汁///はくさい/たまねぎ/にんじん/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	226Kc 11.7g 2.1g 1.9g

離乳食献立表（後期）

2024年06月

後期

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
18火	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 すまし汁	米///牛ひき肉/絹ごし豆腐/にんじん/ほうれんそう/しょうゆ /砂糖/かつおだし汁///焼ふ/絹ごし豆腐/たまねぎ/しょう ゆ(うすくち)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	274Kc 12.7g 8.9g 1.7g
19水	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 キャベツの割り醤油和え みそ汁 パナナ	米///牛ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/// キャベツ/しょうゆ/かつおだし汁///だいこん/かぼちゃ/カッ トわかめ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	287Kc 10.4g 7.2g 2.4g
20木	軟飯 煮魚 にんじんの炒 め煮 みそ汁	米///かれい/しょうゆ/砂糖///にんじん/しょうゆ/砂糖/油/ かつおだし汁///かぼちゃ/たまねぎ/ねぎ/カットわかめ/米 みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	214Kc 10.7g 1.7g 1.8g
21金	パン粥 牛肉と野菜のトマト 煮 野菜サラダ みかんの シロップ漬け	ロールパン///牛ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ ホールトマト缶詰/アレルギー用ブイヨン///キャベツ/きゅうり /ツナ油漬缶/油/酢/砂糖///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	244Kc 9.4g 9.9g 4.8g
22土	おじや じゃが芋の含め煮	米/豚ひき肉/しらす干し/たまねぎ/にんじん/パプリカ/ねぎ /しょうゆ/かつおだし汁///じゃがいも/しょうゆ/砂糖/かつ おだし汁/		235Kc 8.5g 4.7g 3.1g
24月	軟飯 煮魚 キャベツのお かか煮 みそ汁 みかんの シロップ漬け	米///かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///キャベツ/に んじん/しょうゆ/かつおだし汁///さつまいも/たまねぎ/ねぎ /米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	214Kc 10.8g 1.2g 1.6g
25火	鮭のおかゆ 小松菜の炒め 煮 みそ汁	米/さけ/しょうゆ(うすくち)/昆布だし汁///こまつな/砂糖/ しょうゆ/かつおだし汁/油///たまねぎ/にんじん/だいこん/ ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	199Kc 8.2g 2.2g 1.9g
26水	軟飯 鶏そぼろと豆腐のう ま煮 キャベツとじゃこのサ ラダ すいか	米///鶏ひき肉/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだ し汁/しょうゆ/砂糖/片栗粉///キャベツ/きゅうり/しらす干し /油/酢/砂糖/しょうゆ///すいか/	赤ちゃんせんべい	244Kc 7.8g 4.1g 1.6g
27木	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 野菜サラダ	米///牛ひき肉/しらす干し/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/砂 糖/かつおだし汁///きゅうり/ツナ油漬缶/カットわかめ/油/ 酢/砂糖/しょうゆ(うすくち)/	赤ちゃんせんべい	277Kc 10.6g 9.6g 1.3g
28金	パン粥 鶏と野菜のうま煮 大根サラダ みかんのシ ロップ漬け	ロールパン///鶏ひき肉/たまねぎ/じゃがいも/にんじん/砂 糖/しょうゆ/片栗粉/かつおだし汁///だいこん/キャベツ/ きゅうり/油/酢/砂糖/しょうゆ///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	266Kc 9.9g 7.5g 5.3g
29土	かやくうどんのやわらか煮 じゃが芋の含め煮	うどん/鶏ひき肉/にんじん/ねぎ/しょうゆ/しょうゆ(うすくち) /かつおだし汁/じゃがいも/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/		192Kc 10.4g 3.5g 3.2g