

離乳食献立表（後期）

2024年10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火	軟飯 鮭と野菜のやわらか煮 もやしとキュウリの酢の物 みそ汁 赤ちゃんせんべい	米///さけ/たまねぎ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉///きゅうり/もやし/ツナ油漬缶/酢/砂糖/しょうゆ///じゃがいも/にんじん/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	248Kc 12.7g 3.0g 3.5g
02水	軟飯 豆腐と野菜のみそ炒め煮 野菜の和え物 みかんのシロップ漬け 赤ちゃんせんべい	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///だいこん/きゅうり/しょうゆ/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	257Kc 9.6g 5.9g 1.8g
03木	御飯 鶏のそぼろ煮 野菜サラダ たっぶり野菜のスープ 赤ちゃんせんべい	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/	赤ちゃんせんべい	257Kc 10.1g 6.4g 3.1g
04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 赤ちゃんせんべい	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
05土	軟飯 野菜のうま煮 すまし汁	米///豚ひき肉/キャベツ/たまねぎ/にんじん/ねぎ/かつおだし汁/砂糖/しょうゆ///絹ごし豆腐/だいこん/みつば/カットわかめ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/		211Kc 8.4g 4.6g 1.4g
07月	軟飯 煮魚 にんじんの炒め煮 みそ汁 バナナ 赤ちゃんせんべい	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///バナナ/	赤ちゃんせんべい	247Kc 11.1g 1.8g 2.2g
08火	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 キャベツの割り醤油和え すまし汁 赤ちゃんせんべい	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///焼ふ/カットわかめ/にんじん/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	238Kc 9.3g 6.8g 1.3g
09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 バナナ 赤ちゃんせんべい	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///バナナ/	赤ちゃんせんべい	257Kc 7.9g 4.1g 1.8g
10木	軟飯 肉じゃが風煮 三色和え 赤ちゃんせんべい	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
11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 赤ちゃんせんべい	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
15火	軟飯 煮魚 キャベツのおかか煮 みそ汁 赤ちゃんせんべい	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
16水	おじや じゃが芋のそぼろ煮 わかめスープ バナナ 赤ちゃんせんべい	米/にんじん/しらす干し/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///じゃがいも/鶏ひき肉/しょうゆ(うすくち)/しょうゆ/砂糖/片栗粉/かつおだし汁///カットわかめ/たまねぎ/レタス/アレルギー用ブイオン///バナナ/	赤ちゃんせんべい	238Kc 7.7g 2.5g 3.8g
17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 赤ちゃんせんべい	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
18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 赤ちゃんせんべい	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/アレルギー用ブイオン///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

離乳食献立表（後期）

2024年10月

後期

パドマ・ナーサリースクール

日付	献立名	材料名	今日のポイント	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
19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
21月	軟飯 鮭のやわらか煮 小松菜の割り醤油和え みそ汁 みかんのシロップ漬け 赤ちゃんせんべい	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
22火	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 赤ちゃんせんべい	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
23水	軟飯 鶏のそぼろ煮 キャベツの甘酢和え わかめスープ パナナ 赤ちゃんせんべい	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///パナナ/	赤ちゃんせんべい	296Kc 12.2g 6.4g 1.7g
24木	いも粥 小松菜の煮浸し みそ汁 赤ちゃんせんべい	米/こんぶ(だし用)/さつまいも///こまつな/にんじん/しょうゆ/かつおだし汁///絹ごし豆腐/たまねぎ/だいこん/ねぎ/米みそ(赤色辛みそ)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	291Kc 8.8g 2.1g 20.3g
25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 赤ちゃんせんべい	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
26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
28月	軟飯 煮魚 人参の炒め煮 みそ汁 みかんのシロップ漬け 赤ちゃんせんべい	米///かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///にんじん/しょうゆ/砂糖/油/かつおだし汁///たまねぎ/絹ごし豆腐/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	229Kc 11.6g 2.3g 1.5g
29火	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 野菜サラダ みかんのシロップ漬け 赤ちゃんせんべい	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)///みかん/	赤ちゃんせんべい	290Kc 10.8g 9.6g 1.6g
30水	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 キャベツの割り醤油和え すまし汁 パナナ 赤ちゃんせんべい	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///焼ふ/カットわかめ/にんじん/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁///パナナ/	赤ちゃんせんべい	271Kc 9.7g 6.9g 1.7g
31木	軟飯 鶏肉と野菜のうま煮 野菜スープ 赤ちゃんせんべい	米///鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/アレルギー用ブイオン///だいこん/たまねぎ/しょうゆ(うすくち)/アレルギー用ブイオン/	赤ちゃんせんべい	226Kc 9.1g 4.4g 3.5g