

離乳食献立表（後期）

2024年11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
02土	わかめうどんのやわらか煮 大根のそぼろ煮	うどん/にんじん/ねぎ/カットわかめ/しょうゆ(うすくち)/しょう ゆ/かつおだし汁///だいこん/鶏ひき肉/砂糖/しょうゆ(うす くち)/かつおだし汁/		154Kc 7.6g 1.9g 0.7g
05火	軟飯 煮魚 にんじんの炒 め煮 すまし汁	米///かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///にんじん/しよ うゆ/砂糖/油/かつおだし汁///たまねぎ/はくさい/ほうれん そう/カットわかめ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	203Kc 11.9g 1.4g 1.2g
06水	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 みかんのシロップ 漬け	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///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	279Kc 11.9g 7.4g 2.8g
07木	軟飯 豆腐と野菜のみそ炒 め煮 野菜の和え物	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/	赤ちゃんせんべい	240Kc 9.4g 5.9g 1.7g
08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
09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 ルギー用ブイヨン/		181Kc 8.2g 1.3g 1.3g
11月	軟飯 煮魚 ほうれん草の 割り醤油和え 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
12火	軟飯 鶏のそぼろ煮 キャ ベツの甘酢和え わかめ スープ	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/アレルギー用ブイヨン/片栗粉/	赤ちゃんせんべい	262Kc 11.8g 6.3g 1.3g
13水	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/しよ 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///バナナ/	赤ちゃんせんべい	277Kc 8.3g 5.3g 5.1g
14木	おじや 小松菜の炒め煮 さつま汁	米/カットわかめ/しらす干し/しょうゆ/かつおだし汁///こま つな/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁///鶏もも肉/さつまいも/ たまねぎ/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	185Kc 7.8g 1.5g 2.0g
15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
16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
18月	おかゆ 鮭のやわらか煮 ひじき炒め煮 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///ひじき/ にんじん/砂糖/しょうゆ/油/かつおだし汁///かぼちゃ/だ いこん/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	239Kc 11.7g 2.6g 2.3g

離乳食献立表（後期）

2024年11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
19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	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/絹ごし豆腐/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	249Kc 10.4g 7.5g 1.5g
20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/アレルギー用ブイヨン///バナナ/	赤ちゃんせんべい	291Kc 10.5g 6.5g 3.5g
21木	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	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/	赤ちゃんせんべい	224Kc 7.6g 4.1g 1.4g
22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
25月	軟飯 煮魚 人参の炒め煮 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///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
26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	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/アレルギー用ブイヨン/	赤ちゃんせんべい	216Kc 9.9g 4.4g 2.3g
27水	軟飯 鶏肉と野菜のうま煮 野菜スープ みかんのシ ロップ漬け	米///鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/アレルギー用ブイ ヨン///だいこん/たまねぎ/しょうゆ(うすくち)/アレルギー用ブ イヨン///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	243Kc 9.3g 4.4g 3.6g
28木	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	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
29金	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 野菜サラダ バナナ	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)///バナナ/	赤ちゃんせんべい	310Kc 11.0g 9.6g 1.7g
30土	おじや 野菜スープ	米/牛ひき肉/しらす干し/たまねぎ/にんじん/しょうゆ(うす くち)/かつおだし汁///じゃがいも/キャベツ/アレルギー用ブ イヨン/		174Kc 7.2g 4.7g 2.7g