

離乳食献立表（後期）

2022年05月

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
02月	軟飯 豆腐と野菜のうま煮 グリーンサラダ りんご	米/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/グリーンアスパラガス /ツナ油漬缶/油/酢/砂糖/りんご/	お菓子	274Kc 8.6g 7.4g 4.3g
06金	軟飯 煮魚 ひじきのサラ ダ 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/ひじき/ツナ油漬 缶/にんじん/油/酢/砂糖/しょうゆ(うすくち)/じゃがいも/た まねぎ/カットわかめ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/ みかん缶/	お菓子	247Kc 11.7g 3.5g 3.6g
07土	スパゲティのやわらか煮 レタスのスープ	スパゲティー/たまねぎ/にんじん/ピーマン/アレルギー用ブ イオン/粉チーズ/レタス/絹ごし豆腐/カットわかめ/アレル ギー用ブイオン/		137Kc 5.8g 1.4g 2.9g
09月	軟飯 鶏と野菜のうま煮 ツ ナサラダ みかんのシロ ップ漬け	米/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/	お菓子	270Kc 8.9g 3.1g 4.5g
10火	軟飯 鶏のそぼろ煮 キャ ベツの甘酢和え わかめ スープ みかんのシロ ップ漬け	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(うすくち)/たまねぎ/チンゲ ンサイ/ねぎ/アレルギー用ブイオン/しょうゆ(うすくち)/片栗 粉/みかん缶/小麦粉/砂糖/油/	ドーナツ	454Kc 13.7g 14.7g 1.8g
11水	軟飯 しらすと野菜のうま煮 大根サラダ バナナ	米/牛ひき肉/しらす干し/たまねぎ/にんじん/ねぎ/しょうゆ/ 砂糖/かつおだし汁/だいこん/キャベツ/きゅうり/油/酢/砂 糖/バナナ/ゼリー/	桃ゼリー	318Kc 10.5g 7.9g 2.1g
12木	軟飯 煮魚 小松菜のおか か和え みそ汁	米/かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/こまつな/しょうゆ/ かつおだし汁/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/ねぎ/米み そ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/小麦粉/ベーキングパウ ダー/ココア(ピュアココア)/卵/牛乳/砂糖/生クリーム/バ ター/	マーブルケーキ	366Kc 15.2g 8.7g 2.2g
13金	軟飯 豆腐と野菜のみそ炒 め煮 ほうれん草のおか か和え みかんのシロ ップ漬け	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/花かつお/みか ん缶/	お菓子	263Kc 10.6g 6.1g 2.5g
14土	かやくうどんのやわらか煮 さつま芋の含め煮	うどん/鶏もも肉/にんじん/ねぎ/しょうゆ(うすくち)/しょうゆ/ かつおだし汁/さつまいも/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁/		199Kc 10.7g 1.5g 1.1g
16月	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 /みかん缶/	お菓子	228Kc 9.0g 4.3g 3.6g
17火	軟飯 煮魚 マカロニサラ ダ みそ汁	米/かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/マカロニ/きゅうり/ にんじん/油/酢/砂糖/かぼちゃ/だいこん/ねぎ/カットわか め/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/サンドイッチパン/ いちごジャム/	いちごジャムサンド	354Kc 14.1g 4.2g 3.6g
18水	軟飯 鶏そぼろと豆腐のう ま煮 春野菜サラダ バナ ナ	米/鶏もも肉/絹ごし豆腐/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/油/酢/砂糖/しょうゆ/バナ ナ/ヨーグルト(加糖)/	ヨーグルト	278Kc 10.0g 3.0g 1.4g
19木	軟飯 鶏のそぼろ煮 野菜 サラダ たっぷり野菜の スープ りんご	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/りんご/	お菓子	276Kc 10.1g 6.5g 3.6g
20金	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 すまし汁	米/牛ひき肉/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/スポンジケーキ/生クリーム/チョコスプレー/いち ご/みかん缶/	お楽しみケーキ	256Kc 11.1g 8.0g 1.5g

