

離乳食献立表（後期）

2022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水	軟飯 豆腐と野菜の炒め煮 ほうれん草のおかか和え 野菜スープ バナナ	米/絹ごし豆腐/牛ひき肉/たまねぎ/グリーンアスパラガス/ しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉/ほうれんそう/花かつ お/しょうゆ/かつおだし汁/じゃがいも/にんじん/だいこん/ アレルギー用ブイヨン/バナナ/ヨーグルト(加糖)/	ヨーグルト	329Kc 13.2g 6.7g 4.4g
02木	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/アレルギー用ブイヨン/しょうゆ(うすくち)/片栗 粉/みかん缶/カルピス/水/ゼラチン/	カルピスゼリー	318Kc 13.2g 6.3g 1.3g
03金	軟飯 煮魚 野菜の割り醤 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/お菓子/	お菓子	279Kc 11.8g 2.5g 1.5g
04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/カットわかめ/アレルギー用ブイ ヨン/		172Kc 7.4g 0.8g 1.1g
06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/	お菓子	270Kc 8.9g 3.1g 4.5g
07火	軟飯 煮魚 チンゲンサイ のお浸し すまし汁	米/かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/チンゲンサイ/しょ うゆ/かつおだし汁/たまねぎ/にんじん/みつば/しょうゆ(う すくち)/かつおだし汁/コッペパン/砂糖/	パン粥	259Kc 11.8g 1.7g 1.8g
08水	おかゆ 肉じゃが風煮 三 色和え バナナ	米/牛ひき肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/砂糖/しょうゆ /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/お菓子/	お菓子	269Kc 8.1g 4.9g 5.1g
09木	軟飯 しらすと野菜のうま煮 ひじきの炒め煮	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/ひじき/にんじん/板こんにゃく/砂糖/ しょうゆ/かつおだし汁/フライドポテト/油/食塩/	フライドポテト	375Kc 10.4g 14.9g 3.2g
10金	軟飯 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/お菓子/	お菓子	290Kc 10.4g 6.5g 3.5g
11土	しらすうどんのくたくた煮 じゃが芋の含め煮	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/じゃがいも/しょうゆ/砂 糖/かつおだし汁/		204Kc 11.1g 4.0g 3.1g
13月	軟飯 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	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/みかん缶/お菓子/	お菓子	278Kc 8.7g 7.4g 4.0g
14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/しょうゆ/ 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/むしパンミ ックス/野菜ジュース/	野菜蒸しパン	296Kc 12.9g 1.9g 1.3g
15水	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 バナナ	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 /バナナ/ゼリー/	桃ゼリー	307Kc 14.0g 3.1g 4.0g
16木	軟飯 豆腐と野菜のみそ炒 め煮 ほうれん草のおかか 和え	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/ド ーナツ/油/粉糖/	ドーナツ	418Kc 12.9g 14.2g 2.7g

離乳食献立表（後期）

2022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
17金	軟飯 鶏そぼろと豆腐のうま煮 大根サラダ すいか	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/だいこん/キャベツ/きゅうり/油/酢/砂糖/しょうゆ/すいか/お菓子/	お菓子	218Kc 7.0g 2.9g 1.1g
18土	おじや ブロッコリーサラダ	米/レタス/しらす干し/ねぎ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/ブロッコリー/にんじん/油/酢/砂糖/		172Kc 5.5g 1.5g 2.1g
20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/お菓子/	お菓子	228Kc 9.0g 4.3g 3.6g
21火	軟飯 煮魚 小松菜のお浸し みそ汁	米/かれい/しょうゆ/砂糖/こまつな/しょうゆ/かつおだし汁/かぼちゃ/たまねぎ/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/かぼちゃ/砂糖/水/	かぼちゃのきんとん	275Kc 12.3g 1.5g 4.2g
22水	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 すまし汁 パナナ	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/カットわかめ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/バナナ/プリン/	プリン	388Kc 16.6g 12.1g 2.3g
23木	軟飯 鶏そぼろと豆腐のうま煮 キャベツのおかか和え すまし汁	米/鶏ひき肉/絹ごし豆腐/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/キャベツ/にんじん/花かつお/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/たまねぎ/ほうれんそう/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/小麦粉/にんじん/卵/砂糖/油/ベーキングパウダー/バニラエッセンス/	人参ケーキ	373Kc 13.9g 10.4g 2.5g
24金	軟飯 鶏のそぼろ煮 ブロッコリーのおかか和え みそ汁 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/ブロッコリー/しょうゆ/花かつお/かつおだし汁/たまねぎ/だいこん/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/みかん缶/ビスケット/お菓子/	お菓子	358Kc 15.7g 8.4g 2.8g
25土	おじや だいこんの含め煮	米/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/パプリカ/ねぎ/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/		205Kc 7.6g 4.6g 1.0g
27月	軟飯 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	米/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/お菓子/	お菓子	277Kc 8.2g 7.0g 4.3g
28火	軟飯 煮魚 じゃがいもの甘酢和え すまし汁	米/かれい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/じゃがいも/きゅうり/酢/砂糖/しょうゆ(うすくち)/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/小麦粉/黒砂糖/油/	黒糖ちんすこう	392Kc 14.8g 9.9g 3.8g
29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 すいか	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/ぶどうゼリー/	ぶどうゼリー	254Kc 10.0g 7.2g 2.0g
30木	鮭のおかゆ 小松菜の炒め煮 みそ汁	米/こんぶ(だし用)/しょうゆ(うすくち)/さけ/こまつな/しょうゆ/かつおだし汁/しょうゆ(うすくち)/油/たまねぎ/にんじん/カットわかめ/ねぎ/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	309Kc 11.0g 3.4g 3.4g