

離乳食献立表（後期）

2022年07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	軟飯 みそ炒め煮 すまし汁 バナナ	米/豚肉(肩ロース)/たまねぎ/ピーマン/パプリカ/米みそ(淡色辛みそ)/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/絹ごし豆腐/にんじん/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/バナナ/	お菓子	274Kc 10.0g 6.7g 1.6g
02土	かやくうどんのやわらか煮 じゃが芋の含め煮	うどん/鶏もも肉/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/		176Kc 10.9g 1.5g 3.2g
04月	軟飯 鶏と野菜のうま煮 ツナサラダ すいか	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)/すいか/	お菓子	312Kc 13.9g 6.5g 4.4g
05火	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/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/なす/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	314Kc 13.1g 2.8g 2.6g
06水	軟飯 しらすと野菜のスープ煮 きゅうりの甘酢和え みかんのシロップ漬	米/牛ひき肉/しらす干し/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/アレルギー用ブイオン/きゅうり/酢/砂糖/しょうゆ/みかん缶/ヨーグルト(加糖)/	ヨーグルト	288Kc 11.6g 4.2g 3.5g
07木	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 ブロッコリーの割り醤油和え 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/ブロッコリー/かつおだし汁/しょうゆ/オクラ/にんじん/そうめん/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/むしパンミックス/牛乳/脱脂粉乳/	蒸しパン	371Kc 12.9g 8.3g 2.2g
08金	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	269Kc 8.1g 4.9g 5.1g
09土	軟飯 野菜のうま煮 すまし汁	米/豚肉(肩ロース)/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/		217Kc 8.3g 5.0g 1.4g
11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	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/きゅうり/ツナ油漬缶/油/酢/砂糖/みかん缶/	お菓子	277Kc 8.6g 7.4g 3.9g
12火	軟飯 煮魚 キャベツのおかか煮 みそ汁	米/かれい/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/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/かぼちゃ/砂糖/水/	かぼちゃのきんとん	261Kc 11.8g 1.3g 2.8g
13水	軟飯 野菜のやわらか煮 豆腐と白菜のスープ バナナ	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/はくさい/ねぎ/アレルギー用ブイオン/片栗粉/バナナ/ぶどうゼリー/	ぶどうゼリー	404Kc 15.0g 8.7g 2.3g
14木	軟飯 煮魚 ほうれん草のおかか和え すまし汁	米/かれい/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁/ほうれんそう/花かつお/しょうゆ/かつおだし汁/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/みつば/カットわかめ/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/ドーナツ/油/粉糖/	ドーナツ	292Kc 12.9g 7.5g 2.2g
15金	鶏そぼろ粥 小松菜の炒め煮 みかんのシロップ漬	米/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/ひじき/砂糖/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/みかん缶/	お菓子	230Kc 8.6g 3.9g 2.0g
16土	スパゲティのやわらか煮 豆腐スープ	スパゲティ/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/絹ごし豆腐/チンゲンサイ/アレルギー用ブイオン/		137Kc 5.8g 1.5g 2.6g

離乳食献立表（後期）

2022年07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 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/みかん濃縮果汁/水/ゼラチン/水/砂糖/みかん缶/	オレンジゼリー	287Kc 11.0g 6.1g 2.4g
20水	軟飯 鶏のそぼろ煮 野菜 サラダ 野菜スープ すいか	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/キャベツ/にんじん/だいこん/アレルギー用ブイオン/すいか/	お菓子	265Kc 10.1g 6.5g 1.7g
21木	軟飯 鶏そぼろと豆腐のう ま煮 大根サラダ	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/牛乳(調理用)/ヨーグルト(無糖)/生クリーム/みかん缶/もも缶(黄桃)/砂糖/もも液汁缶/アガー/	フルーツババロア	288Kc 8.9g 6.7g 1.5g
22金	おじや 炊き合わせ 冬瓜 スープ バナナ	米/にんじん/しらす干し/ひじき/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/こまつな/かぼちゃ/砂糖/しょうゆ/かつおだし汁/とうがん/絹ごし豆腐/はるさめ/ねぎ/アレルギー用ブイオン/バナナ/	お菓子	227Kc 5.9g 1.2g 2.8g
23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
25月	軟飯 牛肉と野菜のトマト 煮 野菜サラダ すいか	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/アレルギー用ブイオン/キャベツ/きゅうり/ツナ油漬缶/油/酢/砂糖/しょうゆ/すいか/	お菓子	274Kc 8.4g 7.1g 4.3g
26火	軟飯 鶏のそぼろ煮 キャ ベツの甘酢和え チンゲン 菜のスープ	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/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/フライドポテト/油/食塩/	フライドポテト	390Kc 13.0g 14.6g 2.5g
27水	軟飯 鮭と野菜のやわらか 煮 チンゲン菜の割り醤油 和え みそ汁 バナナ	米/さけ/たまねぎ/にんじん/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/かぼちゃ/だいこん/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	274Kc 12.7g 2.2g 2.6g
28木	軟飯 野菜のうま煮 ブロッ コリーの割り醤油和え み そ汁	米/かぼちゃ/ピーマン/たまねぎ/しらす干し/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉/ブロッコリー/しょうゆ/かつおだし汁/豚ひき肉/さつまいも/ねぎ/米みそ(赤色辛みそ)/かつおだし汁/バナナ/みかん缶/もも缶/ヨーグルト(無糖)/砂糖/	フルーツヨーグルト	291Kc 10.5g 4.7g 3.2g
29金	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 春雨の酢の物 みかんのシ ロップ漬け	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/はるさめ/きゅうり/しらす干し/カットわかめ/砂糖/酢/しょうゆ/みかん缶/	お菓子	275Kc 9.9g 6.6g 1.4g
30土	肉うどんのやわらか煮 さ つま芋の含め煮	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/さつまいも/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/		243Kc 11.7g 5.4g 1.3g