

離乳食献立表（初期）

2023年08月 初期 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	おかゆ 白身魚のつぶし煮 小松菜のつぶし煮 野菜の だし汁	米///かれい/かつおだし汁///こまつな/かつおだし汁/// たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	93Kc 5.8g 0.5g 0.5g
02水	御飯 白身魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 野菜のだ し汁 バナナ	米///かれい/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/かつおだ し汁///じゃがいも/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁///パ ナナ/	赤ちゃんせんべい	116Kc 5.7g 0.5g 1.7g
03木	おかゆ 豆腐と野菜のとろ とろ煮 そうめんのとろとろ 煮	米///木綿豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁///だい こん/にんじん/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	80Kc 2.5g 0.9g 0.8g
04金	おかゆ 野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし煮	米///じゃがいも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///こま つな/にんじん/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	98Kc 2.1g 0.3g 2.4g
05土	しらすのすりつぶし粥 野 菜スープ	米/しらす干し/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///じゃが いも/キャベツ/かつおだし汁/		61Kc 1.8g 0.2g 1.3g
07月	パン粥 豆腐と野菜のとろ とろ煮 キャベツのつぶし 煮 みかんのシロップ漬け	ロールパン///絹ごし豆腐/たまねぎ/じゃがいも/にんじん/ かつおだし汁///キャベツ/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	70Kc 2.4g 1.5g 2.1g
08火	おかゆ 白身魚のつぶし煮 にんじんのつぶし煮 野菜 のだし	米///かれい/砂糖/かつおだし汁///にんじん/かつおだ し汁///かぼちゃ/たまねぎ/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	97Kc 4.9g 0.4g 0.6g
09水	おかゆ しらすと野菜のつ ぶし煮 野菜のつぶし煮 みかんのシロップ漬け	米///しらす干し/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///だい こん/キャベツ/きゅうり/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	92Kc 2.5g 0.3g 0.9g
10木	おかゆ 豆腐と野菜のの とろとろ煮 ほうれん草のつ ぶし煮	米///絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///ほう れんそう/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	68Kc 2.5g 0.9g 1.0g
12土	登園される方はお弁当とおやつをご持参下さい。 お弁当は冷蔵庫に保管致します。			
14月				
15火				
16水	おかゆ 鮭のつぶし煮 ほ うれん草のつぶし煮 野菜 のだし汁 みかんのシロッ プ漬け	米///さけ/かつおだし汁///ほうれんそう/かつおだし汁/// 絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///みかん缶 /	赤ちゃんせんべい	108Kc 5.9g 1.2g 0.8g
17木	おかゆ 豆腐のとろとろ煮 キャベツのつぶし煮 野菜 のつぶし煮	米///絹ごし豆腐/かつおだし汁///キャベツ/かつおだし汁 ///たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	84Kc 2.4g 0.8g 0.6g

離乳食献立表（初期）

2023年08月

初期

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
18金	おかゆ 野菜と豆腐の とろ煮 キャベツのつ ぶし煮 バナナ	米///絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁///キャベツ/しらす干し/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	77Kc 2.0g 0.4g 0.8g
19土	しらすのすりつぶし粥 じゃが芋のつぶし煮	米/しらす干し/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///じゃがいも/かつおだし汁/		89Kc 1.9g 0.2g 1.5g
21月	パン粥 野菜のつぶし煮 野菜のおろし煮 みかんのシロップ漬け	ロールパン///たまねぎ/じゃがいも/にんじん/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	98Kc 3.2g 2.1g 2.6g
22火	豆腐と野菜のとろとろ煮 キャベツの割り醤油和え みそ汁	米///絹ごし豆腐/たまねぎ/かつおだし汁///キャベツ/かつおだし汁///だいこん/かぼちゃ/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	91Kc 2.7g 0.8g 0.9g
23水	おかゆ 野菜のとろとろ煮 野菜のだし汁 バナナ	米///じゃがいも/にんじん/かつおだし汁///だいこん/たまねぎ/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	94Kc 2.1g 0.2g 1.9g
24木	おかゆ 白身魚のつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 野菜のだし汁	米///かれい/かつおだし汁///ブロッコリー/かつおだし汁///たまねぎ/だいこん/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	73Kc 5.3g 0.4g 0.8g
25金	しらすのすりつぶし粥 小松菜のつぶし煮 みかんのシロップ漬け	米/しらす干し/にんじん/たまねぎ/かつおだし汁///こまつな/かぼちゃ/かつおだし汁///すいか/	赤ちゃんせんべい	106Kc 4.4g 0.5g 1.1g
26土	しらすうどんのとろとろ煮 かぼちゃのつぶし煮	うどん/しらす干し/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///かぼちゃ/かつおだし汁/		77Kc 3.2g 0.1g 0.7g
28月	パン粥 野菜のとろとろ煮 キャベツのつぶし煮 みかんのシロップ	ロールパン///じゃがいも/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///キャベツ/きゅうり/かつおだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	83Kc 2.6g 1.7g 2.3g
29火	おかゆ 白身魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶし煮 豆腐と野菜のとろとろ煮	米///かれい/かつおだし汁///ほうれんそう/かつおだし汁///だいこん/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	92Kc 5.1g 0.5g 0.8g
30水	おかゆ しらすと野菜のつ ぶし煮 ブロッコリーのつ ぶし煮 だいこんスープ バ ナナ	米///しらす干し/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///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/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	107Kc 4.2g 0.7g 1.3g
31木	おかゆ 野菜のとろとろ煮 野菜のだし汁	米///絹ごし豆腐/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁///たまねぎ/レタス/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	83Kc 2.4g 0.7g 0.7g