

離乳食献立表（後期）

2023年09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 鶏肉と野菜のうま煮 すまし汁 みかんのシロップ漬け	米///鶏ひき肉/にんじん/ピーマン/砂糖/しょうゆ/片栗粉/ かつおだし汁///たまねぎ/みずな/しょうゆ(うすくち)/かつ おだし汁///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	237Kc 9.4g 4.3g 1.3g
02土	スパゲティのやわらか煮 豆腐スープ	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///絹ごし豆腐/レタス/アレルギー用ブイ オン/		137Kc 5.8g 1.5g 2.6g
04月	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
05火	軟飯 豆腐と野菜のみそ炒 め煮 ほうれん草のおひた し	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/	赤ちゃんせんべい	244Kc 9.9g 6.0g 2.3g
06水	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 みかんのシ ロップ漬け	米///鶏ひき肉/豚ひき肉/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/アレルギー用ブイオン///み かん缶/	赤ちゃんせんべい	241Kc 10.5g 5.3g 2.4g
07木	軟飯 煮魚 人参の炒め煮 みそ汁	米///かわい/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/	赤ちゃんせんべい	212Kc 11.5g 2.3g 1.4g
08金	軟飯 鶏のそぼろ煮 キャ ベツの甘酢和え わかめ スープ パナナ	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/アレルギー用ブイオン/片栗粉/// パナナ/	赤ちゃんせんべい	296Kc 12.2g 6.4g 1.7g
09土	わかめうどんのやわらか煮 じゃが芋のそぼろ煮	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///じゃがいも/鶏ひき肉/しょうゆ(うすく ち)/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉/		173Kc 8.3g 2.0g 2.9g
11月	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
12火	軟飯 煮魚 チンゲン菜の 割り醤油和え すまし汁	米///かわい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///チンゲンサイ /にんじん/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/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	200Kc 11.7g 1.6g 1.2g
13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 パナ	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///パナナ/	赤ちゃんせんべい	287Kc 10.4g 7.2g 2.4g
14木	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 ょうゆ/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/	赤ちゃんせんべい	244Kc 7.9g 5.2g 4.7g
15金	おじや 小松菜の煮浸し 飛鳥汁 パナナ 赤ちゃん せんべい	米/にんじん/しらす干し/しょうゆ(うすくち)/かつおだし汁/ こまつな/しょうゆ/かつおだし汁/鶏もも肉/はくさい/たまね ぎ/だいこん/しょうゆ(うすくち)/砂糖/アレルギー用ブイオン /牛乳(調理用)/パナナ/	赤ちゃんせんべい	233Kc 9.6g 1.8g 2.0g
16土	おじや 野菜のスープ	米/しらす干し/キャベツ/たまねぎ/にんじん/ねぎ/しょうゆ/ かつおだし汁///じゃがいも/だいこん/カットわかめ/アレル ギー用ブイオン/		199Kc 10.7g 1.1g 3.1g

離乳食献立表（後期）

2023年09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 鮭のやわらか煮 ほ うれん草の割り醤油和え みそ汁	米///さけ/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/片栗粉///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/ねぎ/米みそ(淡色辛みそ)/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	216Kc 12.5g 2.7g 1.9g
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 すき焼き風煮 野菜 の	米///牛ひき肉/たまねぎ/はくさい/焼き豆腐/にんじん/焼 ふ/油/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///だいこん/きゅうり/ しょうゆ/砂糖/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	239Kc 8.1g 5.6g 1.6g
22金	軟飯 鶏肉と野菜のうま煮 野菜スープ バナナ	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///バナナ/	赤ちゃんせんべい	240Kc 9.2g 4.4g 3.8g
25月	軟飯 しらすと野菜のスー プ煮 ツナサラダ バナナ	米///牛ひき肉/しらす干し/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/ アレルギー用ブイヨン///ツナ油漬缶/キャベツ/きゅうり/油/ 酢/砂糖///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	262Kc 8.2g 6.2g 3.9g
26火	軟飯 豚肉と野菜のうま煮 野菜の和え物	米///絹ごし豆腐/豚ひき肉/はくさい/たまねぎ/パプリカ/チ ンゲンサイ/アレルギー用ブイヨン///にんじん/きゅうり/しょ うゆ/砂糖/	赤ちゃんせんべい	223Kc 8.5g 5.2g 1.6g
27水	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 みかんのシロップ漬 け	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///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	241Kc 7.7g 4.1g 1.6g
28木	軟飯 煮魚 キャベツのお かか煮 みそ汁	米///かわいい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///キャベツ/に んじん/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/	赤ちゃんせんべい	214Kc 10.8g 1.2g 1.6g
29金	軟飯 牛肉と野菜のうま煮 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/	赤ちゃんせんべい	293Kc 9.8g 7.9g 2.1g
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