

離乳食献立表（初期）

2023年10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
02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	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
03火	おかゆ かわいいのつぶし煮 にんじんのつぶし煮 野菜のつぶし煮	米///かわいい/しょうゆ/砂糖/かつおだし汁///にんじん/かつおだし汁///たまねぎ/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	92Kc 4.7g 0.4g 0.4g
04水	おかゆ しらすと野菜のつぶし煮 野菜のつぶし煮 バナナ	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///バナナ/	赤ちゃんせんべい	100Kc 2.6g 0.3g 1.0g
05木	御飯 白身魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 野菜のだし汁	米///かわいい/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/	赤ちゃんせんべい	99Kc 5.5g 0.5g 1.5g
06金	おかゆ 豆腐と野菜ののどろとろ煮 だいこんときゅうりのおろし煮 バナナ	米///絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///だいこん/きゅうり/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	84Kc 2.5g 0.9g 0.9g
07土	運動会の為給食はありません。			
10火	いものすりつぶし粥 小松菜の人参のつぶし煮 豆腐と野菜ののどろとろ煮	米/こんぶ(だし用)/さつまいも///こまつな/にんじん/かつおだし汁///絹ごし豆腐/たまねぎ/だいこん/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	140Kc 4.0g 0.9g 10.0g
11水	おかゆ 野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし煮 バナナ	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///バナナ/	赤ちゃんせんべい	106Kc 2.3g 0.3g 2.5g
12木	おかゆ 豆腐ののどろとろ煮 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
13金	おかゆ 白身魚のつぶし煮 にんじんのつぶし煮 野菜のだし汁 バナナ	米///かわいい/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///バナナ/	赤ちゃんせんべい	114Kc 5.2g 0.5g 0.8g
14土	野菜入りすりつぶし粥 豆腐と野菜ののどろとろ煮	米/しらす干し/たまねぎ/にんじん/かつおだし汁///絹ごし豆腐/チンゲンサイ/かつおだし汁/		91Kc 4.3g 0.7g 0.5g
16月	パン粥 豆腐と野菜ののどろとろ煮 キャベツのつぶし煮 みかんのシロップ漬	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
17火	おかゆ 豆腐と野菜ののどろとろ煮 小松菜のつぶし煮	米///鶏ひき肉/じゃがいも/だいこん/にんじん/かつおだし汁///こまつな/かつおだし汁/	赤ちゃんせんべい	99Kc 3.5g 1.3g 1.9g
18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	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///バナナ/	赤ちゃんせんべい	116Kc 6.0g 1.2g 0.9g

離乳食献立表（初期）

2023年10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
19木	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
20金	おかゆ 野菜と豆腐のとろ 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
21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
23月	パン粥 野菜のとろとろ煮 キャベツのつぶし煮 みか んのシロップ漬け	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
24火	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	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/	赤ちゃんせんべい	90Kc 4.0g 0.7g 1.1g
25水	おかゆ 野菜のとろとろ煮 野菜のだし汁 みかんのシ ロップ漬け	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///みかん缶/	赤ちゃんせんべい	95Kc 2.2g 0.2g 1.8g
26木	おかゆ 白身魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶし煮 野 菜のだし汁	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
27金	おかゆ 野菜のとろとろ煮 野菜のだし汁 バナナ	米///絹ごし豆腐/にんじん/ほうれんそう/かつおだし汁/// 絹ごし豆腐/たまねぎ/かつおだし汁///バナナ/	赤ちゃんせんべい	104Kc 3.1g 1.0g 1.0g
28土	しらすうどんのとろとろ煮 大根のつぶし煮	うどん/しらす干し/にんじん/かつおだし汁///だいこん/か つおだし汁/		67Kc 3.6g 0.1g 0.3g
30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
31火	おかゆ 豆腐と野菜のとろ とろ煮 野菜のだし汁	米///鶏ひき肉/にんじん/かつおだし汁///たまねぎ/かつ おだし汁/	赤ちゃんせんべい	103Kc 4.4g 2.1g 0.4g