

離乳食献立表（後期）

2025年05月

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 木	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	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、／だいこん、にんじん、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、／	赤ちゃんせんべい	238(0) 12.4(0.0) 3.0(0.0) 1.9(0.0)
02 金	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(未満児)	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、／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	216(0) 8.8(0.0) 9.4(0.0) 4.2(0.0)
07 水	軟飯, 煮魚, にんじんの炒め煮, みそ汁, みかんのシロップ漬け(未満児)	米、／かれい、しょうゆ、砂糖、／にんじん、しょうゆ、砂糖、油、かつおだし汁、／かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、／みかん缶、／	赤ちゃんせんべい	230(0) 10.9(0.0) 1.7(0.0) 1.8(0.0)
08 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	243(0) 7.9(0.0) 5.2(0.0) 4.7(0.0)
09 金	パン粥, 鶏と野菜のうま煮, 大根サラダ, みかんのシロップ漬け(未満児)	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、／だいこん、キャベツ、きゅうり、油、酢、砂糖、しょうゆ、／みかん缶、／	赤ちゃんせんべい	223(0) 8.5(0.0) 6.3(0.0) 5.0(0.0)
10 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、かつおだし汁、／レタス、絹ごし豆腐、カットわかめ、アレルギー用ブイヨン、		168(0) 5.5(0.0) 1.1(0.0) 1.3(0.0)
12 月	軟飯, 鮭のやわらか煮, にんじんの炒め煮, みそ汁, みかんのシロップ漬け(未満児)	米、／さけ、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、片栗粉、／にんじん、砂糖、しょうゆ、油、かつおだし汁、／かぼちゃ、だいこん、ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、／みかん缶、／	赤ちゃんせんべい	236(0) 11.6(0.0) 2.5(0.0) 1.6(0.0)
13 火	軟飯, 牛肉と野菜のうま煮, 野菜サラダ	米、／牛ひき肉、しらす干し、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、／きゅうり、ツナ油漬缶、カットわかめ、油、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、／	赤ちゃんせんべい	274(0) 10.6(0.0) 9.5(0.0) 1.2(0.0)
14 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, バナナ	米、／鶏ひき肉、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、アレルギー用ブイヨン、／バナナ、／	赤ちゃんせんべい	249(0) 10.4(0.0) 4.5(0.0) 2.7(0.0)
15 木	軟飯, 鶏のそぼろ煮, 野菜サラダ, たっぷり野菜のスープ	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、／	赤ちゃんせんべい	257(0) 10.1(0.0) 6.4(0.0) 3.1(0.0)
16 金	パン粥, 牛肉と野菜のトマト煮, ツナサラダ, みかんのシロップ漬け(未満児)	ロールパン、／牛ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、アレルギー用ブイヨン、／キャベツ、きゅうり、ツナ油漬缶、酢、砂糖、／みかん缶、／	赤ちゃんせんべい	231(0) 9.3(0.0) 8.6(0.0) 4.7(0.0)
17 土	軟飯, 野菜のうま煮, すまし汁	米、／豚ひき肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、／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、		211(0) 8.4(0.0) 4.6(0.0) 1.4(0.0)
19 月	軟飯, 煮魚, にんじんの煮つけ, 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、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、／	赤ちゃんせんべい	199(0) 11.9(0.0) 1.0(0.0) 1.2(0.0)

離乳食献立表（後期）

2025年05月

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
20 火	おじや,じゃが芋のそぼろ煮,わかめスープ,みかんのシロップ漬け(未満児)	米、にんじん、しらす干し、しょうゆ(うすくち)、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、片栗粉、かつおだし汁、／カットわかめ、たまねぎ、レタス、アレルギー用ブイヨン、／みかん缶、／	赤ちゃんせんべい	221(0) 7.4(0.0) 2.5(0.0) 3.6(0.0)
21 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,バナナ	米、／鶏ひき肉、絹ごし豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉、かつおだし汁、／キャベツ、きゅうり、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ(うすくち)、／バナナ、／	赤ちゃんせんべい	248(0) 8.0(0.0) 2.9(0.0) 1.8(0.0)
22 木	軟飯,鶏のそぼろ煮,キャベツの甘酢和え,わかめスープ	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(うすくち)、／カットわかめ、たまねぎ、チンゲンサイ、ねぎ、アレルギー用ブイヨン、片栗粉、／	赤ちゃんせんべい	240(0) 9.6(0.0) 4.8(0.0) 1.4(0.0)
23 金	軟飯,煮魚,ほうれん草の割り醤油和え,みそ汁,みかんのシロップ漬け(未満児)	米、／かれい、しょうゆ、砂糖、／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、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、／みかん缶、／	赤ちゃんせんべい	223(0) 12.2(0.0) 2.0(0.0) 2.1(0.0)
24 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、カットわかめ、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、		176(0) 10.9(0.0) 1.5(0.0) 3.3(0.0)
26 月	軟飯,鮭のやわらか煮,小松菜の割醤油和え,みそ汁,みかんのシロップ漬け(未満児)	米、／さけ、しょうゆ、かつおだし汁、／こまつな、しょうゆ、かつおだし汁、／じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、／みかん缶、／	赤ちゃんせんべい	231(0) 12.1(0.0) 2.1(0.0) 3.4(0.0)
27 火	軟飯,豆腐と野菜のみそ炒め煮,野菜の和え物	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)、片栗粉、かつおだし汁、／だいこん、きゅうり、しょうゆ、かつおだし汁、／	赤ちゃんせんべい	238(0) 9.5(0.0) 5.9(0.0) 1.7(0.0)
28 水	軟飯,牛肉と野菜のうま煮,キャベツの割り醤油和え,すまし汁,バナナ	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、／絹ごし豆腐、カットわかめ、にんじん、しょうゆ(うすくち)、かつおだし汁、／バナナ、／	赤ちゃんせんべい	281(0) 10.6(0.0) 7.6(0.0) 1.9(0.0)
29 木	軟飯,豆腐と野菜の炒め煮,ほうれん草のおかか和え,みそ汁	米、／豚ひき肉、絹ごし豆腐、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、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、／だいこん、はくさい、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、かつおだし汁、／	赤ちゃんせんべい	257(0) 11.7(0.0) 7.3(0.0) 2.5(0.0)
30 金	パン粥,豆腐と野菜のうま煮,ツナサラダ,みかんのシロップ漬け(未満児)	ロールパン、／鶏ひき肉、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、ツナ水煮缶、酢、砂糖、／みかん缶、／	赤ちゃんせんべい	207(0) 9.6(0.0) 6.0(0.0) 4.3(0.0)
31 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、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、		174(0) 7.3(0.0) 4.7(0.0) 2.7(0.0)