



離乳食献立表 5月分



名前		3回後期食				エネルギー	蛋白質	脂質	食塩	
曜日	日	10時	11時	食材	3時	食材	kcal	g	g	g
土	1 15 29	菓子・牛乳 (麦茶・ミルク)	納豆軟飯 ブロッコリーのゴマ和え スープ・オレンジ	米・挽割納豆・ブロッコリー すりゴマ・人参・ルビ	肉うどん 牛乳又はミルク	うどん・豚挽肉	431	17.3	12.4	1.1
月	17 31		軟飯・鮭のソテー スティック野菜 味噌汁・ルビー	米・鮭・きゅうり・大根 人参・ルビー	かつお節軟飯 牛乳又はミルク	米・かつお節	424	18.4	9.0	0.4
火	18		豆腐うどん きゅうりサラダ バナナ	うどん・豆腐・玉葱・人参 きゅうり・コーン缶・バナナ	豚と芋のトロ煮 牛乳又はミルク	豚肉・さつまい	379	16.0	13.4	1.1
水	19		軟飯 白身魚と青菜の入り煮 すまし汁・バナナ	米・おひょう・もやし 人参・ほうれん草 バナナ	さつまい軟飯 牛乳又はミルク	さつまい・米	445	15.0	8.8	0.4
木	20		パン 鶏とキャベツの炒め すまし汁・ルビー	食パン・鶏肉・じゃが芋 キャベツ・ブロッコリー バナナ	豚とカブの煮物 牛乳又はミルク	豚肉・カブ・玉葱	367	18.3	13.0	0.8
金	7 21		軟飯 豚野菜炒め すまし汁・ルビー	米・豚肉・人参・ルビー きゅうり	鶏挽肉 牛乳又はミルク	米・鶏挽肉	472	16.9	13.0	0.4
土	8 22		豚うどん 茹で野菜 バナナ	うどん・豚肉・もやし 人参・白菜・バナナ	せんべい・ルビ 牛乳又はミルク	せんべい・ルビ	343	13.2	11.0	1.1
月	10 24		軟飯 鶏の野菜ソース すまし汁・ルビー	米・鶏肉・大根・カブ ルビー	ツナ入り和え物 牛乳又はミルク	ツナ・玉葱・カブ	331	15.7	8.4	0.4
火	11 25		肉丼 トマトサラダ スープ・オレンジ	米・豚挽肉・トマト・もやし 玉葱・ルビ	コロコロさつまい 牛乳又はミルク	さつまい	345	12.7	10.8	0.4
水	12 26		パン 鮭の玉葱ソース スープ・バナナ	食パン・鮭・玉葱 人参・バナナ	鶏スープパスタ 牛乳又はミルク	スパゲティ・鶏肉・もやし キャベツ	420	21.4	11.3	0.9
木	13		春パスタ きゅうりサラダ スープ・バナナ	スパゲティ・キャベツ・鶏肉 きゅうり・トマト・コーン缶 バナナ	お麩煮込み 牛乳又はミルク	麩・青梗菜・人参	369	18.9	11.7	0.4
金	14 28		軟飯 生揚げと大根の煮物 味噌汁・オレンジ	米・生揚げ・大根 いんげん・鶏挽肉・玉葱 オレンジ	トースト 牛乳又はミルク	食パン	447	17.8	14.1	0.8
こどもの日	6		軟飯 鶏と豆の煮物 スープ・バナナ	米・鶏肉・グリーンピース 人参・バナナ	豚野菜炒め 牛乳又はミルク	豚肉・カブ・キャベツ	386	16.0	12.9	0.4
とくべつメニュー	27		春パスタ きゅうりサラダ スープ・バナナ	スパゲティ・キャベツ・鶏肉 きゅうり・トマト・コーン缶 バナナ	お麩煮込み 牛乳又はミルク	麩・青梗菜・人参	328	15.9	8.8	0.4