



# 離乳食献立表 5月分



名前 時 曜日 日		2回後期食				エネルギー	蛋白質	脂質	食塩相当量
		10時	食 材	2時	食 材	kcal	g	g	g
金	15 29	軟飯・野菜あんかけ ココロコキゅうり みそ汁・ルビー	米・豚挽肉・人参・もやし・ 片栗粉・きゅうり・玉ねぎ・ バナナ	食パン チーズ煮 スープ・バナナ	食パン・キャベツ・玉ねぎ・人 参・粉チーズ・大根・バナナ	295	10.9	6.0	1.0
土	2 16 30	スープがテイ サラダ バナナ	スープがテイ・豚挽肉・人参・玉 ねぎ・キャベツ・きゅうり・ コーン・バナナ	きな粉軟飯 煮物 すまし汁・オレンジ	米・きな粉・じゃがいも・な す・人参・玉ねぎ・オレンジ	314	11.3	5.2	0.7
月	18	豆軟飯・おひょうの煮つけ 小松菜のお浸し みそ汁・オレンジ	米・グリルピース・おひょう・玉 ねぎ・人参・小松菜・大根・ オレンジ	軟飯 鶏肉の炒めもの スープ・ルビー	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・大 根・小松菜・ルビー	292	11.9	1.3	0.6
火	19	肉うどん もやしのごま和え ルビー	うどん・豚肉・小松菜・人 参・もやし・いんげん・ご ま・ルビー	鶏軟飯 煮物 スープ・バナナ	米・鶏肉・人参・玉ねぎ・い んげん・もやし・バナナ	290	11.6	4.0	1.2
水	20	軟飯 ミルク煮 スープ・バナナ	米・粉ミルク・鶏肉・じゃが いも・人参・玉ねぎ・ほうれ ん草・バナナ	ピラフ風 ポテトサラダ スープ・ルビー	米・人参・玉ねぎ・じゃがい も・きゅうり・トマト・ル ビー	339	12.9	2.6	0.5
木	7 21	食パン・春野菜炒め キャベツの和え物 スープ・ルビー	食パン・鶏肉・じゃがいも・ 玉ねぎ・キャベツ・人参・ル ビー	きな粉軟飯 煮浸し・粉吹き芋 すまし汁・バナナ	米・きな粉・キャベツ・人 参・じゃがいも・玉ねぎ・バ ナナ	316	12.8	4.0	1.1
金	8 22	納豆混ぜご飯 小松菜のお浸し スープ・オレンジ	米・納豆・人参・グリルピース・ 小松菜・コーン・玉ねぎ・な す・オレンジ	食パン ツナのトロ煮 スープ・ルビー	食パン・ツナ・人参・なす・玉ね ぎ・片栗粉・小松菜・ルビー	348	14.5	8.2	1.4
土	9 23	鶏丼 煮物 すまし汁・バナナ	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・ キャベツ・もやし・バナナ	粉チーズ軟飯 ソテー スープ・ルビー	米・粉チーズ・玉ねぎ・人 参・もやし・キャベツ・ル ビー	319	11.8	3.2	0.9
月	11 25	食パン・バナナ かき揚げの煮つけ サラダ・スープ	食パン・かき揚げ・きゅうり・大 根・コーン・ほうれん草・バナナ	鶏軟飯 ソテー スープ・オレンジ	米・鶏肉・ほうれん草・コー ン・人参・大根・オレンジ	296	13.1	3.4	1.2
火	12 26	あんかけ丼 春雨サラダ スープ・ルビー	米・豚肉・人参・もやし・春 雨・きゅうり・トマト・ル ビー	軟飯・オレンジ じゃがいものチーズ煮 トマトサラダ・すまし汁	米・じゃがいも・粉チーズ・ トマト・人参・もやし・オレ ンジ	345	10.3	5.1	0.8
水	13 27	軟飯・バナナ 鮭の西京焼き 和え物・すまし汁	米・鮭・人参・グリルピース・キャ ベツ・バナナ	軟飯 高野豆腐の煮物 スープ・ルビー	米・高野豆腐・人参・キャベ ツ・グリルピース・ルビー	341	13.0	4.2	0.6
木	14	しょうゆうどん ブロッコリーサラダ オレンジ	うどん・鶏肉・もやし・コー ン・ブロッコリー・カリフラ ワー・オレンジ	軟飯 鶏炒め すまし汁・バナナ	米・鶏肉・キャベツ・ブロッ コリー・人参・コーン・バナ ナ	296	10.8	5.0	1.4
特別 メニュー	1	軟飯・みそ汁・ルビー 鶏肉の玉ねぎソースかけ きゅうりと大根の和え物	米・鶏肉・玉ねぎ・片栗粉・ きゅうり・大根・人参・ル ビー	食パン・バナナ チーズ煮 ココロコきゅうり・スープ	食パン・玉ねぎ・人参・粉 チーズ・きゅうり・大根・バ ナナ	318	11.8	6.2	1.1
誕生会	28	しょうゆうどん ブロッコリーサラダ オレンジ	うどん・鶏肉・もやし・コー ン・ブロッコリー・カリフラ ワー・オレンジ	軟飯 鶏炒め すまし汁・バナナ	米・鶏肉・キャベツ・ブロッ コリー・人参・コーン・バナ ナ	296	10.8	5.0	1.4