

2023年6月離乳食初期献立

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (%エネルギー)	脂質 (g)	脂質 (%エネルギー)	コレステロール (mg)	炭水化物 (g)	炭水化物 (%エネルギー)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
平均値	40	0.8	8	0.1	2.3	0	8.2	89.7	0.9	0.1

エネルギー：エネルギー (kcal) 食塩：食塩相当量 (g) たん：栄養計算たんぱく質 (g) 脂質：栄養計算脂質 (g) 炭水：栄養計算炭水化物 (g)

	日				月				火				水				木				金				土																																													
	28				29				30				31				1				2				3																																													
昼食																	そうめんペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 玉ねぎペースト かぼちゃペースト				かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト 大根ペースト フルーツ (オレンジ)																																													
合計	エネルギー	27	食塩	0.0	エネルギー	35	食塩	0.0	エネルギー	38	食塩	0.0	エネルギー	27	食塩	0.0	エネルギー	60	食塩	0.4	エネルギー	39	食塩	0.0	エネルギー	35	食塩	0.0	たん	1.3	脂質	0.1	炭水	12.6	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	8.2	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.6																								
	4				5				6				7				8				9				10																																													
昼食	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト				かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト 大根ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 玉ねぎペースト ぎつま芋ペースト チンゲン菜・人参ペースト				かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト				かゆペースト 人参・玉ねぎ・じゃが芋ペースト キャベツペースト 豆腐ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 白菜ペースト トマト・小松菜ペースト バナナペースト				かゆペースト 豆腐・キャベツ・玉ねぎペースト キャベツペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト																																													
合計	エネルギー	27	食塩	0.0	エネルギー	35	食塩	0.0	エネルギー	38	食塩	0.0	エネルギー	27	食塩	0.0	エネルギー	44	食塩	0.4	エネルギー	47	食塩	0.0	エネルギー	31	食塩	0.0	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	5.6	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.5	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	8.4	たん	0.4	脂質	0.0	炭水	5.8	たん	1.1	脂質	0.4	炭水	8.5	たん	0.7	脂質	0.1	炭水	10.3	たん	1.0	脂質	0.3	炭水	5.7
	11				12				13				14				15				16				17																																													
昼食	うどんペースト 白菜・玉ねぎ・人参ペースト 豆腐・トマトペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト 豆腐・チンゲン菜ペースト				かゆペースト 白菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト ぎつま芋ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト トマトペースト キャベツペースト				そうめんペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 玉ねぎペースト かぼちゃペースト				かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト 大根ペースト フルーツ (オレンジ)																																													
合計	エネルギー	54	食塩	0.4	エネルギー	32	食塩	0.0	エネルギー	46	食塩	0.0	エネルギー	26	食塩	0.0	エネルギー	60	食塩	0.4	エネルギー	39	食塩	0.0	エネルギー	35	食塩	0.0	たん	1.5	脂質	0.4	炭水	10.3	たん	1.0	脂質	0.3	炭水	5.7	たん	0.6	脂質	0.1	炭水	10.2	たん	0.4	脂質	0.1	炭水	5.6	たん	1.3	脂質	0.1	炭水	12.6	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	8.2	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.6
	18				19				20				21				22				23				24																																													
昼食	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト				かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト 大根ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 玉ねぎペースト ぎつま芋ペースト チンゲン菜・人参ペースト				そうめんペースト 玉ねぎペースト トマトペースト じゃが芋ペースト				かゆペースト 人参・玉ねぎ・じゃが芋ペースト キャベツペースト 豆腐ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 白菜ペースト トマト・小松菜ペースト				かゆペースト 豆腐・キャベツ・玉ねぎペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト																																													
合計	エネルギー	27	食塩	0.0	エネルギー	35	食塩	0.0	エネルギー	38	食塩	0.0	エネルギー	46	食塩	0.4	エネルギー	44	食塩	0.4	エネルギー	24	食塩	0.0	エネルギー	31	食塩	0.0	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	5.6	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.5	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	8.4	たん	1.2	脂質	0.1	炭水	9.7	たん	1.1	脂質	0.4	炭水	8.5	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	5.0	たん	1.0	脂質	0.3	炭水	5.7
	25				26				27				28				29				30				1																																													
昼食	うどんペースト 白菜・玉ねぎ・人参ペースト 豆腐・トマトペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト 人参ペースト 豆腐・チンゲン菜ペースト				かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ぎつま芋ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト トマトペースト キャベツペースト				そうめんペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト フルーツ (オレンジ)				かゆペースト 人参ペースト かぼちゃペースト																																																	
合計	エネルギー	54	食塩	0.4	エネルギー	32	食塩	0.0	エネルギー	60	食塩	0.0	エネルギー	26	食塩	0.0	エネルギー	60	食塩	0.4	エネルギー	39	食塩	0.0	エネルギー		食塩		たん	1.5	脂質	0.4	炭水	10.3	たん	1.1	脂質	0.3	炭水	5.6	たん	0.6	脂質	0.1	炭水	13.4	たん	0.4	脂質	0.1	炭水	5.6	たん	1.3	脂質	0.1	炭水	12.6	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	8.2	たん		脂質		炭水	