

ママサポ・テラス安城桜井駅前園

2023年7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	35	0.7	8	0.1	2.6	0	7.3	89.4	0.8	0.1

エネルギー：エネルギー (kcal) 食塩：食塩相当量 (g) たん：栄養計算用たんぱく質 (g) 脂質：栄養計算用脂質 (g) 炭水：栄養計算用炭水化物 (g)

日				月				火				水				木				金				土																	
25				26				27				28				29				30				1																	
																								かゆベスト 小松菜ベスト 白菜・人参ベスト 玉ねぎベスト																	
エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー	26	食塩	0.0										
たん	脂質	炭水		たん	脂質	炭水		たん	脂質	炭水		たん	脂質	炭水		たん	脂質	炭水		たん	脂質	炭水		たん	0.5	脂質	0.0	炭水	5.4												
2				3				4				5				6				7				8																	
かゆベスト 玉ねぎベスト じゃが芋ベスト 白菜・人参ベスト				かゆベスト キャベツ・玉ねぎベスト 人参ベスト フルーツ (オレンジ)				かゆベスト チンゲン菜・玉ねぎベスト 大根・人参ベスト 豆腐ベスト				かゆベスト 玉ねぎベスト 小松菜・人参ベスト バナナベスト				かゆベスト かぼちゃ・玉ねぎベスト 白菜ベスト 人参ベスト				そうめんベスト 玉ねぎ・トマトベスト じゃが芋・人参ベスト フルーツ (オレンジ)				かゆベスト 玉ねぎベスト キャベツベスト 豆腐・人参ベスト																	
エネルギー	32	食塩	0.0	エネルギー	37	食塩	0.0	エネルギー	31	食塩	0.0	エネルギー	49	食塩	0.0	エネルギー	29	食塩	0.0	エネルギー	55	食塩	0.4	エネルギー	34	食塩	0.0														
たん	0.6	脂質	0.0	炭水	6.9	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.9	たん	1.0	脂質	0.3	炭水	5.5	たん	0.7	脂質	0.1	炭水	10.6	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	6.2	たん	1.2	脂質	0.1	炭水	11.5	たん	1.0	脂質	0.3	炭水	6.4
9				10				11				12				13				14				15																	
かゆベスト かぼちゃ・白菜ベスト 人参ベスト 玉ねぎベスト				かゆベスト 小松菜ベスト 玉ねぎ・人参ベスト 大根・豆腐ベスト フルーツ (オレンジ)				うどんベスト キャベツ・玉ねぎベスト 人参ベスト さつま芋ベスト				かゆベスト 玉ねぎのトマト煮ベスト チンゲン菜・人参ベスト				かゆベスト ほうれん草ベスト 白菜・人参ベスト 玉ねぎベスト フルーツ (オレンジ)				かゆベスト 玉ねぎ・人参ベスト かぼちゃ・トマトベスト				かゆベスト 小松菜ベスト 白菜・人参ベスト 玉ねぎベスト																	
エネルギー	27	食塩	0.0	エネルギー	41	食塩	0.0	エネルギー	52	食塩	0.4	エネルギー	30	食塩	0.0	エネルギー	37	食塩	0.0	エネルギー	33	食塩	0.0	エネルギー	26	食塩	0.0														
たん	0.4	脂質	0.0	炭水	6.0	たん	1.1	脂質	0.3	炭水	7.6	たん	1.0	脂質	0.1	炭水	11.0	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	6.3	たん	0.7	脂質	0.1	炭水	7.6	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.0	たん	0.5	脂質	0.0	炭水	5.4
16				17				18				19				20				21				22																	
かゆベスト 玉ねぎベスト じゃが芋ベスト 白菜・人参ベスト				かゆベスト キャベツ・玉ねぎベスト 人参ベスト フルーツ (オレンジ)				かゆベスト チンゲン菜・玉ねぎベスト 大根・人参ベスト 豆腐ベスト				かゆベスト 玉ねぎベスト 小松菜・人参ベスト				かゆベスト かぼちゃ・玉ねぎベスト 白菜ベスト 人参ベスト フルーツ (オレンジ)				うどんベスト 玉ねぎベスト キャベツ・人参ベスト じゃが芋ベスト				かゆベスト 玉ねぎベスト キャベツベスト 豆腐・人参ベスト																	
エネルギー	32	食塩	0.0	エネルギー	37	食塩	0.0	エネルギー	31	食塩	0.0	エネルギー	25	食塩	0.0	エネルギー	37	食塩	0.0	エネルギー	46	食塩	0.4	エネルギー	34	食塩	0.0														
たん	0.6	脂質	0.0	炭水	6.9	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.9	たん	1.0	脂質	0.3	炭水	5.5	たん	0.5	脂質	0.0	炭水	5.3	たん	0.6	脂質	0.1	炭水	7.9	たん	1.0	脂質	0.1	炭水	9.4	たん	1.0	脂質	0.3	炭水	6.4
23				24				25				26				27				28				29																	
かゆベスト かぼちゃ・白菜ベスト 人参ベスト 玉ねぎベスト				かゆベスト 小松菜ベスト 玉ねぎ・人参ベスト 大根・豆腐ベスト フルーツ (オレンジ)				うどんベスト キャベツ・玉ねぎベスト 人参ベスト さつま芋ベスト				かゆベスト 玉ねぎのトマト煮ベスト チンゲン菜・人参ベスト				かゆベスト ほうれん草ベスト 白菜・人参ベスト 玉ねぎベスト フルーツ (オレンジ)				かゆベスト 玉ねぎ・人参ベスト かぼちゃ・トマトベスト				かゆベスト 小松菜ベスト 白菜・人参ベスト 玉ねぎベスト																	
エネルギー	30	食塩	0.0	エネルギー	41	食塩	0.0	エネルギー	52	食塩	0.4	エネルギー	30	食塩	0.0	エネルギー	37	食塩	0.0	エネルギー	33	食塩	0.0	エネルギー	26	食塩	0.0														
たん	0.5	脂質	0.1	炭水	6.4	たん	1.1	脂質	0.3	炭水	7.6	たん	1.0	脂質	0.1	炭水	11.0	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	6.3	たん	0.7	脂質	0.1	炭水	7.6	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.0	たん	0.5	脂質	0.0	炭水	5.4
30				31				1				2				3				4				5																	
かゆベスト 玉ねぎベスト じゃが芋ベスト 白菜・人参ベスト				かゆベスト キャベツ・玉ねぎベスト 人参ベスト フルーツ (オレンジ)																																					
エネルギー	32	食塩	0.0	エネルギー	37	食塩	0.0	エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー		食塩		エネルギー		食塩															
たん	0.6	脂質	0.0	炭水	6.9	たん	0.5	脂質	0.1	炭水	7.9	たん		脂質		炭水		たん		脂質		炭水		たん		脂質		炭水		たん		脂質		炭水							