2024年5月離乳食後期献立

	エネルギー	たんぱく質	たんぱく質	脂質	脂質	コレステロール	炭水化物	炭水化物	食物繊維	食塩相当量	
	(kcal)	(g)	(%エネルギー)	(g)	(%エネルギー)	(mg)	(g)	(%エネルギー)	(g)	(g)	
平均値	104	5.9	22.7	0.4	3.5	15	18	73.8	1.4	0.4	

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)

				エネルギー:エネルギー(kca						-				昇用にん	はく貝		・木賞	脂質(g) 炭水:栄養計算用炭水化物(g)									
B				月				火			水			*				金					±				
	28			29			30			1			2				3					4					
									かゆ		_		かゆ				かゆ					かゆ					
											鶏肉とじゃが芋のほくほく煮			豆腐と野菜のコトコト煮				白糸タラとキャベツのだし煮					鶏肉とスナックエンドウのみそ煮				
									ほうれん草のサラダ			さつま芋ときゅうりのサラダ				玉ねぎと人参のやわらか煮				白菜と人参のしらすサラダ							
						,								スープ					すまし汁								
														!				フルーツ(オレンジ)									
エネルギー		食塩	エネ	ハギー		食塩		エネルギー		食塩	エネルギー	102	食塩	0.2	エネルギー	110	食塩	0.3	エネル:	ギー	102	食塩	0.3	エネルギー	109	食塩 0.5	
たん	脂質	炭水	たん		脂質	炭水		たん	脂質	炭水	たん 6.7	脂質 0.3	炭水	16.9	たん 2.6	脂質 0.7	炭水	22.2	たん	4.4 用	旨質 0.3	炭水	19.1	たん 7.8	脂質 0.4	炭水 17.5	
	5				6				7			8				9					10				11		
かゆ			かゆ					かゆ			鶏肉と野菜の	やわらかワカノ	くうどん	,	かゆ				かゆ					かゆ			
鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 みそ汁			鶏肉と	鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 野菜のだし煮				白糸タラと人参のやわらか煮 ポテトサラダ			かぼちゃびのマッシュ			鶏肉と野菜のほくほく煮 白菜と人参のサラダ				鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁					鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトサラダ				
			野菜σ																								
			みそ汁	H				みそ汁							みそ汁												
エネルギー	101	食塩 0.4	エネ	・ルギー	59	食塩	0.4	エネルギー	101	食塩 0.3	エネルギー	68	食塩	0.3	エネルギー	109	食塩	0.3	エネル:	¥	99	食塩	0.3	エネルギー	98	食塩 0.2	
たん 6.5		炭水 16.9		6.7	脂質 0.5	炭水	5.8	たん 4.4	脂質 0.3	炭水 19.1	たん 6.2	脂質 0.3		9.0	たん 6.6	脂質 0.3	炭水		たん		旨質 0.3		16.1	たん 6.3	脂質 0.2		
7070 0.5	12	DC/31 10.0	7,570	0.7	13	DC/15	5.0	7670 4.4	14	DC/31 13.1	7070 0.2	15	20,71	3.0	7570 0.0	16	DC/JC	10.3	7,2,70	0.0	17	DC/1	10.1	7670 0.5	18	20.0	
かゆ	12		-hub		13			かゆ	17														かゆ				
1.5	ほノほノ老		かゆ	7= n l ·	→ L #			助宗タラと玉ねぎのだし煮			人参かゆ 鶏肉と野菜のほっこり煮				かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮				かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮					鶏肉とスナップエンドウのみそ煮			
鶏肉と野菜のほくほく煮				白糸タラのトマト煮 大根と人参のとろみ煮				小松菜と人参のサラダ						立岡と野来のコトコト点 さつま芋ときゅうりのサラダ				日ボダフとキャヘブのたし点もやしと人参のやわらか煮					病内 こ へ アップエンド フのみ で 点 白菜と 人参の しらす サラダ				
								キャベツとトマトのサラダ				みそ汁									すまし汁						
スープ みそ汁 フルーツ (オレンジ) フルーツ (オレンジ)			1.3.3%			X-7		みそ汁			みそ汗				スーノ フルーツ (バナナ)				りまし汗								
7N-7 (3	<i>V V V V V V V V V V</i>		770-	- 7 (A)	D D D D													/// / (N)))									
エネルギー	126	食塩 0.3	エネ	・ルギー	113	食塩	0.4	エネルギー	102	食塩 0.7	エネルギー	111	食塩	0.4	エネルギー	110	食塩	0.3	エネル	ギー	103	食塩	0.3	エネルギー	109	食塩 0.5	
たん 7.3	脂質 0.5	炭水 21.4	たん	4.8	脂質 0.6	炭水	20.7	たん 5.3	脂質 0.2	炭水 18.1	たん 6.7	脂質 0.3	炭水	18.9	たん 2.6	脂質 0.7	炭水	22.2	たん	4.4 州	旨質 0.3	炭水	19.5	たん 7.8	脂質 0.4	炭水 17.6	
	19				20				21			22				23					24				25		
かゆ			かゆ					かゆ			鶏肉と野菜のくたくた煮			かゆ				かゆ					かゆ				
鶏肉と玉ねぎ	のやわらか煮		鶏肉の	トマト	煮			白糸タラと人参のだし煮			かぼちゃのサラダ			鶏肉と野菜のほくほく煮				鶏肉と野菜のみそ煮					鶏肉と野菜のやわらか煮				
みそ汁			野菜のだし煮				ポテトサラダ			フルーツ (オレンジ)			白菜と人参のサラダ				すまし汁					トマトサラダ					
			みそ汁	ŀ				みそ汁			豆腐ハンバーグ			みそ汁													
								フルーツ(オ	ィンジ)	人参のおかゆ																	
エネルギー	101	食塩 0.3	エネ	・ルギー	102	食塩	0.3	エネルギー	119	食塩 0.3	エネルギー	162	食塩	0.5	エネルギー	109	食塩	0.3	エネル:	* -	99	食塩	0.3	エネルギー	98	食塩 0.2	
たん 6.5	脂質 0.3	炭水 17.1		7.0	脂質 0.6	炭水	16.0	たん 4.6	脂質 0.3	炭水 22.8	たん 10.7	脂質 1.1		24.8	たん 6.6	脂質 0.3	炭水		たん	6.8 朋	旨質 0.3		16.1	たん 6.3	脂質 0.2		
	26				27				28			29				30					31				1		
かゆ				かゆ				かゆ			かゆ				かゆ				かゆ								
				鶏肉と野菜のみそ煮				助宗タラと春	野菜のだし煮	鶏肉とじゃが芋のほくほく煮			豆腐と野菜のコトコト煮				白糸タラとキャベツのだし煮										
大根ときゅうりのサラダ トマトと大根のサラタ						かぼちゃとス		ほうれん草のサラダ			さつま芋ときゅうりのサラダ				もやしと人参のやわらか煮と人参のやわら												
スープ				スープ				スープ					みそ汁				か煮										
フルーツ (オレンジ)																		スープ									
																		フルーツ (バナナ)									
エネルギー	86	食塩 1.7	T ->	・ルギー	106	食塩	0.3	エネルギー	93	食塩 0.2	エネルギー	103	食塩	0.2	エネルギー	110	食塩	0.3	エネル:	£	103	合作	0.3	エネルギー		食塩	
たん 4.7		炭水 13.8			脂質 0.3	炭水	18.1	たん 4.4	脂質 0.2	炭塩 0.2	たん 6.7	脂質 0.3		17.1		脂質 0.7	炭水	22.2	-		103		19.5	たん	脂質	炭水	
15N 4.1	加貝 0.4	火小 13.8	たん	0.0	加貝 0.3	灰水	10.1	1570 4.4	加貝 U.Z	火小 11.1	1570 U.1	加貝 0.3	灰水	11.1	15N 2.0	加貝 U.7	灰水	22.2	ich	+.+ Hi	日見 0.3	灰水	19.5	15N	加具	灰小	