2025年4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	93	6	25.8	0.5	4.8	14	15	69.4	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											ŋ (g)											
月				火			水			木			金				±								
	30		31			1			2			3			4				5						
								かゆ 白糸タラとキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁 フルーツ(不知火)			かゆ 鶏肉と白菜のみそ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁			かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 かぼちゃのほっこり煮 みそ汁 ヨーグルト			かゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)				かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根ときゅうりのサラダ スープ フルーツ(オレンジ)				
エネルギー		食塩	エネノ	ルギー		食塩		エネルギー	90	食塩 0.3	エネルギー	68	食塩	0.4	エネルギー	125	食塩 0.3	エネルギー	131	食塩 1	1.2	エネルギー	127	食塩	0.5
たん	脂質	炭水	たん		脂質	炭水		たん 4.0	脂質 0.4	炭水 16.7	たん 6.1	脂質 0.3	炭水	9.3	たん 6.7	脂質 0.9	炭水 20.9	たん 7.0	脂質 0.4	炭水 2	3.5	たん 7.7	脂質 0.8	炭水	20.6
,	6				7	_			8			9				10			11			<u> </u>	12		
かゆ 鶏肉と野菜のほっこり煮 大根とほうれん草のだし煮 みそ汁					かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 大根と人参のやわらか煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)			かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ スープ				かゆ 助宗タラとさつま芋のほくほく煮 人参のだし煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)			かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりとスナップエンドウのサラダ スープ ヨーグルト				かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ みそ汁						
エネルギー	111	食塩 0.4	エネノ	ルギー	99	食塩	0.2	エネルギー	106	食塩 0.3	エネルギー	109	食塩	0.4	エネルギー	99	食塩 0.3	エネルギー	87	食塩 0).4	エネルギー	97	食塩	0.3
たん 6.7	脂質 0.3	炭水 19.1	たん	3.0	脂質 1.0	炭水	18.3	たん 4.6	脂質 0.3	炭水 19.9	たん 7.5	脂質 0.8	炭水	17.0	たん 4.1	脂質 0.3	炭水 18.6	たん 7.3	脂質 0.3	炭水 1	2.5	たん 6.4	脂質 0.3	炭水	16.1
,	13				14	_			15			16				17			18				19		
かゆ かゆ				かゆ			かゆ	かゆ			かゆ			かゆ				かゆ							
鶏肉と野菜のやわらか煮					白糸タラとキャベツのくたくた煮			鶏肉とじゃが	鶏肉とじゃが芋のほっこり煮			助宗タラと小松菜のくたくた煮			鶏肉と野菜のトマト煮				鶏肉と野菜のほくほく煮						
トマトときゅうりのサラダ じゃが芋のマッシュ			人参のだし煮			きゅうりと人	きゅうりと人参のサラダ			かぼちゃのほっこり煮			さつま芋とアスパラのサラダ				大根ときゅうりのサラダ								
みそ汁	みそ汁				みそ汁			スープ			みそ汁			みそ汁				スープ							
								フルーツ(オレンジ)			フルーツ(オレンジ)			ヨーグルト							フルーツ(オレンジ)				
エネルギー	68	食塩 0.3	エネノ	ルギー	87	食塩	0.4	エネルギー	88	食塩 0.3	エネルギー	103	食塩	0.4	エネルギー	96	食塩 0.3	エネルギー	87	食塩 1	1.2	エネルギー	102	食塩	0.3
たん 6.1	脂質 0.3	炭水 9.5	たん	6.6	脂質 0.3	炭水	13.1	たん 4.0	脂質 0.3	炭水 15.9	たん 7.3	脂質 0.8	炭水	15.0	たん 6.2	脂質 0.9	炭水 14.3	たん 6.4	脂質 0.3	炭水 1	3.5	たん 7.3	脂質 0.8	炭水	15.0
	20				21				22			23				24			25				26		
かゆ	かゆ					かゆ			かゆ				かゆ			かゆ				かゆ					
鶏肉と野菜のほっこり煮 鶏肉とチンゲン菜の豆乳煮					白糸タラと玉			鶏肉と野菜のやわらか煮				助宗タラとさつま芋のほくほく煮			鶏肉と野菜のやわらか煮				鶏肉と野菜のやわらか煮						
大根とほうれん草のだし煮豆腐と人参のコトコト煮					大根と人参の	やわらか煮	白菜と人参のサラダ				人参のだし煮			きゅうりとスナップエンドウのサラダ				さつま芋サラダ							
みそ汁	タそ汁 みそ汁						みそ汁		スープ				みそ汁			スープ				みそ汁					
								フルーツ(オ	レンシ) 					フルーツ(オレンジ)			ヨーグルト								
エネルギー	82	食塩 0.4		ルギー	89	食塩	1.2	エネルギー	77	食塩 0.3		81	食塩		エネルギー	99	食塩 0.3			食塩 0		エネルギー	98	食塩	
たん 6.3	脂質 0.3	炭水 12.5	たん	7.8	脂質 1.4	炭水	10.4	たん 4.2		炭水 13.4	たん 7.0	脂質 0.8	炭水	10.4	たん 4.1	脂質 0.3	炭水 18.6	たん 7.3		炭水 1	2.5	たん 6.4	脂質 0.3	炭水	16.3
	27		28					29			30				1			2				3			
かゆ					かゆ			かゆ																	
鶏肉と野菜のやわらか煮 鶏肉と野菜のやわらか煮					豆腐と野菜の			鶏肉と白菜のみそ煮																	
トマトときゅうりのサラダ じゃが芋のマッシュ					かぼちゃサラ	×		チンゲン菜と人参のサラダ																	
みそ汁			みそ汁					すまし汁	I	すまし汁															
エネルギー	68	食塩 0.3		ルギー	87	食塩	0.4	エネルギー	79	食塩 0.4	エネルギー	68		0.4	エネルギー		食塩	エネルギー		食塩		エネルギー		食塩	
たん 6.1	脂質 0.3	炭水 9.5	たん	6.5	脂質 0.3	炭水	13.3	たん 2.2	脂質 0.7	炭水 14.6	たん 6.1	脂質 0.3	炭水	9.3	たん	脂質	炭水	たん	脂質	炭水		たん	脂質	炭水	