

2020年 9月 離乳食献立表

| 日 | 曜日 | 初期・中期 | | | 後期・完了期 | | |
|----|----|-------------------------|-----------------|------|---------------------------|--|------|
| | | 献立 | 使用食材 | カロリー | 献立 | 使用食材 | カロリー |
| 1 | 火 | 枝豆ペースト 白菜ペースト | 枝豆 白菜 | 92 | 鶏肉と玉葱の煮物 ツナとキャベツのトマト煮 | 鶏肉・玉葱・かつおだし・しょうゆ キャベツ・ツナ・トマトピューレ | 134 |
| 2 | 水 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |
| 3 | 木 | さつまいもペースト ほうれん草ペースト | さつまいも ほうれん草 | 91 | さつまいもの煮物 ほうれん草と大根のそぼろ煮 | さつまいも・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・ほうれん草・大根・かつおだし・しょうゆ | 152 |
| 4 | 金 | キャベツペースト かぼちゃペースト | キャベツ かぼちゃ | 78 | 白菜とツナの煮物 鶏肉とかぼちゃの煮物 | 白菜・ツナ・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・かぼちゃ・かつおだし・しょうゆ | 153 |
| 5 | 土 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |
| 7 | 月 | 人参ペースト 豆腐ペースト | 人参 豆腐 | 70 | 鶏肉と大根の煮物 麻婆豆腐 | 鶏肉・大根・人参・かつおだし・しょうゆ 豚肉・豆腐・玉葱・トマトピューレ・三温糖 | 137 |
| 8 | 火 | 枝豆ペースト 白菜ペースト | 枝豆 白菜 | 92 | 鶏肉と玉葱の煮物 ツナとキャベツのトマト煮 | 鶏肉・玉葱・かつおだし・しょうゆ キャベツ・ツナ・トマトピューレ | 134 |
| 9 | 水 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |
| 10 | 木 | さつまいもペースト ほうれん草ペースト | さつまいも ほうれん草 | 91 | さつまいもの煮物 ほうれん草と大根のそぼろ煮 | さつまいも・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・ほうれん草・大根・かつおだし・しょうゆ | 152 |
| 11 | 金 | キャベツペースト かぼちゃペースト | キャベツ かぼちゃ | 78 | 白菜とツナの煮物 鶏肉とかぼちゃの煮物 | 白菜・ツナ・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・かぼちゃ・かつおだし・しょうゆ | 153 |
| 12 | 土 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |
| 14 | 月 | 人参ペースト 豆腐ペースト | 人参 豆腐 | 70 | 鶏肉と大根の煮物 麻婆豆腐 | 鶏肉・大根・人参・かつおだし・しょうゆ 豚肉・豆腐・玉葱・トマトピューレ・三温糖 | 137 |
| 15 | 火 | 枝豆ペースト 白菜ペースト | 枝豆 白菜 | 92 | 鶏肉と玉葱の煮物 ツナとキャベツのトマト煮 | 鶏肉・玉葱・かつおだし・しょうゆ キャベツ・ツナ・トマトピューレ | 134 |
| 16 | 水 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |
| 17 | 木 | さつまいもペースト ほうれん草ペースト | さつまいも ほうれん草 | 91 | さつまいもの煮物 ほうれん草と大根のそぼろ煮 | さつまいも・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・ほうれん草・大根・かつおだし・しょうゆ | 152 |
| 18 | 金 | キャベツペースト かぼちゃペースト | キャベツ かぼちゃ | 78 | 白菜とツナの煮物 鶏肉とかぼちゃの煮物 | 白菜・ツナ・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・かぼちゃ・かつおだし・しょうゆ | 153 |
| 19 | 土 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |
| 23 | 水 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |
| 24 | 木 | さつまいもペースト ほうれん草ペースト | さつまいも ほうれん草 | 91 | さつまいもの煮物 ほうれん草と大根のそぼろ煮 | さつまいも・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・ほうれん草・大根・かつおだし・しょうゆ | 152 |
| 25 | 金 | キャベツペースト かぼちゃペースト | キャベツ かぼちゃ | 78 | 白菜とツナの煮物 鶏肉とかぼちゃの煮物 | 白菜・ツナ・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・かぼちゃ・かつおだし・しょうゆ | 153 |
| 26 | 土 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |
| 28 | 月 | 人参ペースト 豆腐ペースト | 人参 豆腐 | 70 | 鶏肉と大根の煮物 麻婆豆腐 | 鶏肉・大根・人参・かつおだし・しょうゆ 豚肉・豆腐・玉葱・トマトピューレ・三温糖 | 137 |
| 29 | 火 | 枝豆ペースト 白菜ペースト | 枝豆 白菜 | 92 | 鶏肉と玉葱の煮物 ツナとキャベツのトマト煮 | 鶏肉・玉葱・かつおだし・しょうゆ キャベツ・ツナ・トマトピューレ | 134 |
| 30 | 水 | ブロッコリーペースト じゃがいもペースト | ブロッコリー じゃがいも | 76 | 鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが | 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ | 147 |

☆栄養面は、初期・中期はつぶしがゆ80g、後期・完了期は全がゆ90gをきんでいます。
 ☆食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承下さい。
 ☆使用する魚は骨を極力抜いていますが、まれに小骨が入っている可能性がありますので、喫食時にはご注意ください。