

こんだて表(離乳後期)



1食あたりの栄養量	
エネルギー	170 kcal
蛋白質	8.0 g
脂質	4.3 g

4月

	月	火	水	木	金 4/1	土 4/2
昼					全粥 80g ☆和風ハンバーグ◇付 すまし汁(ウズマキ麩) ☆煮つけ(ストップエントウ)	全粥 40g ☆炒り豆腐 ☆洋風うどん ☆人参スープ
	4/4	4/5	4/6	4/7	4/8	4/9
昼	全粥 80g ☆煮付盛合(鶏・大根) トマト 味噌汁(なす・麩) ● *朝食から取る*	全粥 80g ☆味噌煮(白身魚・なす) すまし汁(ウズマキ麩) ☆蒸さつまいも ●	全粥 80g ☆煮魚(白身魚・玉葱) けんちん汁 ☆煮浸し(キャベツ) ●	全粥 80g ☆佃煮風(若鶏)◇付 ☆炒り煮(南瓜) 味噌汁(白菜・人参) *朝食から取る*	全粥 80g ☆煮魚(白身魚・大根) ☆煮付け(冷凍インゲン) 味噌汁(豆腐) *夕食から取る*	全粥 40g ☆煮魚(白身魚・玉葱) きしめん ☆煮浸し(ほうれん草)
	4/11	4/12	4/13	4/14	4/15	4/16
昼	全粥 80g ☆すき焼き風煮 味噌汁(なす・麩) ● *朝食から取る* サラダ(胡瓜) ●	全粥 80g ☆煮魚(白身魚・なす) ☆炒り豆腐 すまし汁(小花麩) ☆煮浸し(カブ)	全粥 80g ☆味噌煮(白身魚・玉葱) 鶏がらスープ(完) ☆煮浸し(キャベツ) ●	全粥 80g ☆くず煮(ささみ) ● ☆人参スープ ☆煮付け(インゲン)	全粥 80g ☆豆腐炒め すまし汁(小花麩) トマト	全粥 40g ☆煮魚(白身魚・大根) にゅえん ☆煮浸し(キャベツ) ●
	4/18	4/19	4/20	4/21	4/22	4/23
昼	全粥 80g ☆肉豆腐 サラダ(胡瓜) ● すまし汁(板麩)	全粥 80g ☆豆腐炒め すまし汁(小花麩) ☆ドレッシングかけ(ブロッコリー)	全粥 80g ☆佃煮風(若鶏)◇付 吉野汁 *夕食から取る* ☆マヨネーズかけ(カブ)	全粥 80g ☆八宝菜風 ● ☆キャップ煮(馬鈴薯) すまし汁(ウズマキ麩)	全粥 80g ☆シソ・のあんかけ 味噌汁(さつまいも) *朝食から取る* ☆煮浸し(キャベツ) ●	全粥 40g ☆煮魚(白身魚・なす) かやくうどん ☆サラダ(パプリカ)
	4/25	4/26	4/27	4/28	4/29	4/30
昼	全粥 80g ☆甘酢あんかけ(白身魚) 味噌汁(白菜・人参) *朝食から取る* ☆煮浸し(キャベツ) ●	全粥 80g ☆煮付け(きぬさや) 味噌汁(麩) ☆盛り合せサラダ ●	全粥 80g 麻婆豆腐 味噌汁(若鶏) ☆煮浸し(なす)	全粥 80g ☆煮付盛合(若鶏・ナス・ニンジン)菜スープ ☆サラダ(カブ)		全粥 40g ☆炒り豆腐 ☆洋風うどん ☆人参スープ

* 食材の都合により変更になる場合があります。
益田赤十字病院 栄養課