












こんだて表(離乳食中期食)

1食あたりの栄養量	
エネルギー	85 kcal
蛋白質	2.6 g
脂質	0.5 g

11月

	月	火 11/1	水 11/2	木 11/3	金 11/4	土 11/5
昼		全粥 60g ☆魚のあんかけ ☆煮付け(かぼちゃ)	全粥 60g ☆麻婆豆腐 ☆煮付け(さつまいも)	 さくひんせん	全粥 60g ☆やさいうどんじる ☆煮付け(なす)	全粥 60g ☆麻婆豆腐 ☆煮付け(さつまいも)
昼	11/7	11/8	11/9	11/10	11/11	11/12
昼	全粥 60g ☆やさいうどんじる ☆煮付け(なす)	全粥 60g ☆魚のあんかけ ☆煮付け(かぼちゃ)	全粥 60g ☆麻婆豆腐 ☆煮付け(さつまいも)	全粥 60g ☆ささみのトマト煮 ☆煮浸し(フグン菜)	全粥 60g ☆やさいうどんじる ☆煮付け(なす)	全粥 60g ☆麻婆豆腐 ☆煮付け(さつまいも)
昼	11/14	11/15	11/16	11/17	11/18	11/19
昼	全粥 60g ☆やさいうどんじる ☆煮付け(なす) 	全粥 60g ☆魚のあんかけ ☆煮付け(かぼちゃ)	全粥 60g ☆麻婆豆腐 ☆煮付け(さつまいも) 	全粥 60g ☆ささみのトマト煮 ☆煮浸し(フグン菜)	全粥 60g ☆やさいうどんじる ☆煮付け(なす) 	全粥 60g ☆麻婆豆腐 ☆煮付け(さつまいも)
昼	11/21	11/22	11/23	11/24	11/25	11/26
昼	全粥 60g ☆やさいうどんじる ☆煮付け(なす)	全粥 60g ☆魚のあんかけ ☆煮付け(かぼちゃ)	☺ 勤労感謝の日 ☺ 	全粥 60g ☆ささみのトマト煮 ☆煮浸し(フグン菜)	全粥 60g ☆やさいうどんじる ☆煮付け(なす)	全粥 60g ☆麻婆豆腐 ☆煮付け(さつまいも)
昼	11/28	11/29	11/30			
昼	全粥 60g ☆やさいうどんじる ☆煮付け(なす)	全粥 60g ☆魚のあんかけ ☆煮付け(かぼちゃ) 	全粥 60g ☆麻婆豆腐 ☆煮付け(さつまいも)			
						

*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