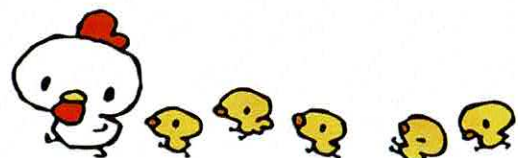












こんだて表(離乳後期食)



| | |
|-----------|----------|
| 1食あたりの栄養量 | |
| エネルギー | 170 kcal |
| 蛋白質 | 7.9 g |
| 脂質 | 3.9 g |

| 月 | 火 4/1 | 水 4/2 | 木 4/3 | 金 4/4 | 土 4/5 | |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 屋 |  5分粥 150g ☆炒り豆腐(豆腐) すまし汁(小花麩) ☆煮浸し(カブワウ) | 5分粥 150g ☆煮魚(白身魚・玉葱) けんちん汁 ☆煮浸し(キャベツ) | 5分粥 150g ☆佃煮風(若鶏)◇付 味噌汁(松茸麩) ☆煮付け(南瓜) | 5分粥 150g ☆煮魚(白身魚・大根) すまし汁(板麩) ☆バター煮(人参) | 5分粥 150g ☆煮魚(白身魚・玉葱) ☆ぎしめん ☆煮浸し(白菜) | |
| 屋 | 4/7 5分粥 150g ☆すき焼き風煮 すまし汁(板麩) トマト | 4/8 5分粥 150g ☆煮魚(白身魚・なす) かきたま汁 ☆煮浸し(カブワウ) | 4/9 5分粥 150g ☆味噌煮(白身魚・玉葱) すまし汁(白菜・大根) ☆煮浸し(しろな) | 4/10 5分粥 150g ☆炒り豆腐 ホタージユスープ ☆煮浸し(キャベツ) | 4/11  5分粥 150g ☆豆腐炒め すまし汁(小花麩) トマト | 4/12 5分粥 150g ☆煮魚(白身魚・大根) ☆にゅうめん ☆煮浸し(キャベツ) |
| 屋 | 4/14 5分粥 150g ☆肉豆腐 ドレッシングかけ(胡瓜) すまし汁(板麩) | 4/15  5分粥 150g ☆豆腐炒め すまし汁(小花麩) ☆ドレッシングかけ(トマト) | 4/16  5分粥 150g ☆佃煮風(若鶏)◇付 吉野汁(若鶏) ☆ドレッシングかけ(加25) | 4/17 5分粥 150g ☆炒り煮(挽肉) 吸物(お花とうふ) ☆煮浸し(ほうれん草) | 4/18 5分粥 150g ☆ミンチールのあんかけ ☆煮付け(冷里芋・挽 ホタージユスープ) | 4/19  5分粥 150g ☆煮魚(白身魚・なす) かやくうどん ☆サラダ(パフリカ) |
| 屋 | 4/21  5分粥 150g 甘酢あんかけ(白身) 野菜スープ ☆煮浸し(キャベツ) | 4/22 5分粥 150g ☆くず煮 すまし汁(ウズマキ麩) ☆バター煮(さつま芋) | 4/23 5分粥 150g 麻婆豆腐 味噌汁(若鶏) ☆煮浸し(なす) | 4/24 5分粥 150g ☆煮付盛合(若鶏・ナス・ニ チンゲン菜スープ) ☆サラダ(カブワウ) | 4/25 5分粥 150g ☆和風ハンバーグ◇付 すまし汁(ウズマキ麩) ☆煮つけ(スナップエンドウ) | 4/26  5分粥 150g ☆炒り豆腐(豆腐) ☆洋風うどん 野菜スープ |
| 屋 | 4/28 5分粥 150g ☆煮付盛合(鶏・馬齢) トマト すまし汁(小花麩) | 4/29  5分粥 150g ☆煮魚(白身魚・玉葱) けんちん汁 ☆煮浸し(キャベツ) | 4/30 5分粥 150g ☆煮魚(白身魚・玉葱) けんちん汁 ☆煮浸し(キャベツ) |  |  |  |

* 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