

🐟 2023年5月 初期 🐟

母子愛育会ナーサリールーム

日	曜	献立名	あか	黄	みどり
		午前食	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	月	ペースト粥 人参ペースト 大根ペースト		かゆ おもゆ	にんじん だいこん
2	火	ペースト粥 きゃべつペースト 玉葱ペースト		かゆ おもゆ	キャベツ たまねぎ
6	土	ペースト粥 人参ペースト 白菜ペースト		かゆ おもゆ	にんじん はくさい
8	月	ペースト粥 きゃべつペースト 青梗菜ペースト		かゆ おもゆ	キャベツ チンゲンサイ
9	火	ペースト粥 南瓜ペースト 小松菜ペースト		かゆ おもゆ	かぼちゃ こまつな
10	水	ペースト粥 トマトペースト 白菜ペースト		かゆ おもゆ	トマト はくさい
11	木	ペースト粥 人参ペースト 大根ペースト		かゆ おもゆ	にんじん だいこん
12	金	ペースト粥 さつまいもペースト ほうれん草ペースト		かゆ おもゆ さつまいも	ほうれんそう
13	土	ペースト粥 じゃが芋ペースト 人参ペースト		かゆ おもゆ じゃがいも	にんじん
15	月	ペースト粥 トマトペースト かぶペースト		かゆ おもゆ	トマト かぶ
16	火	ペースト粥 人参ペースト ブロッコリーペースト		かゆ おもゆ	にんじん ブロッコリー
17	水	ペースト粥 さつまいもペースト 大根ペースト		かゆ おもゆ さつまいも	だいこん
18	木	ペースト粥 青梗菜ペースト じゃが芋ペースト		かゆ おもゆ じゃがいも	チンゲンサイ
19	金	ペースト粥 白菜ペースト 人参ペースト		かゆ おもゆ	はくさい にんじん
20	土	ペースト粥 玉葱ペースト ほうれん草ペースト		かゆ おもゆ	たまねぎ ほうれんそう
22	月	ペースト粥 人参ペースト 玉葱ペースト		かゆ おもゆ	にんじん たまねぎ
23	火	ペースト粥 きゃべつペースト 大根ペースト		かゆ おもゆ	キャベツ だいこん
24	水	ペースト粥 豆腐ペースト ほうれん草ペースト	豆腐	かゆ おもゆ	ほうれんそう
25	木	ペースト粥 小松菜ペースト 南瓜ペースト		かゆ おもゆ	こまつな かぼちゃ
26	金	ペースト粥 じゃが芋ペースト 白菜ペースト		かゆ おもゆ じゃがいも	はくさい
27	土	ペースト粥 ほうれん草ペースト 人参ペースト		かゆ おもゆ	ほうれんそう にんじん
29	月	ペースト粥 南瓜ペースト きゃべつペースト		かゆ おもゆ	かぼちゃ キャベツ
30	火	ペースト粥 大根ペースト 人参ペースト		かゆ おもゆ	だいこん にんじん
31	水	ペースト粥 玉葱ペースト ほうれん草ペースト		かゆ おもゆ	たまねぎ ほうれんそう

栄養価:カロリー 24cal たんぱく質 0.6g 脂質 0g 炭水化物 5.8g カルシウム 7mg 食塩 0g

HOSFEX