

# ❀4月 献立表～初期食～

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(40) 豆腐のあげぼの煮	豆腐	かゆ おもゆ	たまねぎ にんじん
2	火	ペースト粥(40) 豆腐と南瓜のペースト	豆腐	かゆ おもゆ	かぼちゃ たまねぎ
3	水	ペースト粥(40) 豆腐とほうれん草のペースト	豆腐	かゆ おもゆ	ほうれんそう にんじん
4	木	ペースト粥(40) 豆腐とじゃが芋のペースト	豆腐	かゆ おもゆ じゃがいも	たまねぎ
5	金	ペースト粥(40) 豆腐と大根のペースト	豆腐	かゆ おもゆ	だいこん にんじん
6	土	ペースト粥(40) ほうれん草ペースト	豆腐	かゆ おもゆ	ほうれんそう たまねぎ
8	月	ペースト粥(40) しらすと大根のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	だいこん たまねぎ
9	火	ペースト粥(40) しらすとほうれん草のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ じゃがいも	ほうれんそう
10	水	ペースト粥(40) しらすのあげぼの煮	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	たまねぎ にんじん
11	木	ペースト粥(40) しらすと南瓜のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	かぼちゃ たまねぎ
12	金	ペースト粥(40) ほうれん草ペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	ほうれんそう たまねぎ
13	土	ペースト粥(40) しらすのあげぼの煮	釜揚げしらす	かゆ おもゆ じゃがいも	にんじん
15	月	ペースト粥(40) 豆腐のあげぼの煮	豆腐	かゆ おもゆ	たまねぎ にんじん
16	火	ペースト粥(40) 豆腐と南瓜のペースト	豆腐	かゆ おもゆ	かぼちゃ たまねぎ
17	水	ペースト粥(40) 豆腐とほうれん草のペースト	豆腐	かゆ おもゆ	ほうれんそう にんじん
18	木	ペースト粥(40) 豆腐とじゃが芋のペースト	豆腐	かゆ おもゆ じゃがいも	たまねぎ
19	金	ペースト粥(40) 豆腐と大根のペースト	豆腐	かゆ おもゆ	だいこん にんじん
20	土	ペースト粥(40) ほうれん草ペースト	豆腐	かゆ おもゆ	ほうれんそう たまねぎ
22	月	ペースト粥(40) しらすと大根のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	だいこん たまねぎ
23	火	ペースト粥(40) しらすとほうれん草のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ じゃがいも	ほうれんそう
24	水	ペースト粥(40) しらすのあげぼの煮	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	たまねぎ にんじん
25	木	ペースト粥(40) しらすと南瓜のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	かぼちゃ たまねぎ
26	金	ペースト粥(40) ほうれん草ペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	ほうれんそう たまねぎ
27	土	ペースト粥(40) しらすのあげぼの煮	釜揚げしらす	かゆ おもゆ じゃがいも	にんじん
30	火	ペースト粥(40) 豆腐と南瓜のペースト	豆腐	かゆ おもゆ	かぼちゃ たまねぎ

栄養価:カロリー 35cal たんぱく質 1.9g 脂質 0.5g 炭水化物 6.3g カルシウム 20mg 食塩 0.1g

**HOSFEX**