

🍷9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
2	月	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	にんじん
3	火	ペースト粥(40) 豆腐の翡翠煮	豆腐	かゆ おもゆ	ほうれんそう たまねぎ
4	水	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
5	木	ペースト粥(40) 豆腐のあけぼの煮	豆腐	かゆ おもゆ	だいこん にんじん
6	金	ペースト粥(40) 豆腐とほうれん草ペースト	豆腐	かゆ おもゆ じゃがいも	ほうれんそう
7	土	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 たまねぎ
9	月	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	火	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 にんじん
11	水	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
12	木	ペースト粥(40) しらすと人参のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ じゃがいも	にんじん
13	金	ペースト粥(40) しらすとじゃが芋のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ じゃがいも	たまねぎ
14	土	ペースト粥(40) しらすの翡翠煮	釜揚げしらす	かゆ おもゆ	ほうれんそう たまねぎ
17	火	ペースト粥(40) 豆腐の翡翠煮	豆腐	かゆ おもゆ	ほうれんそう たまねぎ
18	水	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
19	木	ペースト粥(40) 豆腐のあけぼの煮	豆腐	かゆ おもゆ	だいこん にんじん
20	金	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 じゃがいも	ほうれんそう
21	土	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 たまねぎ
24	火	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 にんじん
25	水	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
26	木	ペースト粥(40) しらすと人参のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ じゃがいも	にんじん
27	金	ペースト粥(40) しらすとじゃが芋のペースト	釜揚げしらす	かゆ おもゆ じゃがいも	たまねぎ
28	土	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	ほうれんそう たまねぎ
30	月	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	にんじん

栄養価:エネルギー 34kcal たんぱく質 1.8g 脂質 0.5g 炭水化物 6.3g カルシウム 20mg 食塩 0.1g

HOSFEX