

献立名	幼児食		離乳食				調理方法					
	材料名	使用量(g)	期	献立								
大根サラダ	大根	25	後 期	柔らか煮 大根 20 人参 5								
	むきえび	10										
	人参	5										
	きゅうり	25										
	サラダ油	2	中 期	柔らか煮(きざみ) 後期の2/3								
	しょうゆ	2										
	酢	1										
			前 期	柔らか煮(つぶし) 中期の2/3								
栄養素	エネルギー (kカロリー)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	繊維 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン				塩分 (g)	
							レチノール(μg)	B1(mg)	B2(mg)	C(mg)		
栄養量	40	2.8	2	0.7	18	0.2	36	0.01	0.01	4	0.4	