

献立名	幼児食		離乳食				調理方法					
	材料名	使用量(g)	期	献立								
よもぎ団子	よもぎ	10	後 ろ 期 (生 後 9 〜 1 1 ヶ 月 ご)	他のもので対応			(1) よもぎは若葉を摘んできれいに洗い、柔らかく茹でる。すり鉢か水を少し入れたミキサーで細かくする。 (2) 白玉粉とよもぎと水を合わせ、耳たぶ位の柔らかさにこねて、適当な大きさに丸めて茹でる。 (3) 浮いてきたら冷水にとり、ザルに上げて水気を切る。 (4) (3) が冷えたらAの中に入ります。					
	白玉粉	30										
	水	25										
	きな粉	A 7										
	さとう											5
			中 ろ 期 (生 後 7 〜 8 ヶ 月)	他のもので対応								
			前 ろ 期 (生 後 5 〜 6 ヶ 月)	他のもので対応								
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)		レチノール(μg)	B1(mg)	B2(mg)	C(mg)	塩分 (g)
栄養量	166	4.9	1.9	2.2	38	1.3		44	0.08	0.05	4	0.0