

献立名	幼児食		離乳食				調理方法				
	材料名	使用量(g)	期	献立							
フルーツきんとん	さつまいも	50	後 ろ 期 (生後9ヶ月～11ヶ月ごろ)	フルーツきんとん (レーズン抜き) 幼児の1/3			(1) りんごは1cmの角切りにし分量のさとうで透明になるまで煮る。 (2) さつまいもは皮をむき適当な大きさに切って茹で、熱いうちにつぶす。 (3) レーズンは熱湯をかけておく。 (4) 鍋につぶしたさつまいもとバターを入れ弱火にかけて練りあげる。 (5) (4)に(1)と(3)を加え全体に混ぜ合わせる。				
	りんご	20									
	さとう	5									
	レーズン	5									
	バター	1.0									
			中 ろ 期 (生後7ヶ月～8ヶ月ごろ)	フルーツきんとん (レーズン抜き) 生後9～11ヶ月ごろの2/3							
			前 ろ 期 (生後5ヶ月～6ヶ月ごろ)	りんご果汁 50 (白湯で半分程度に薄めたもの)							
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)
栄養量	118	0.7	0.9	1.7	24	0.5	A(μgRE)	B1(mg)	B2(mg)	C(mg)	0.0