

献立名	幼児食(1人分)		離乳食				調理方法				
	材料名	使用量(g)	期	献立							
オレンジ寒	粉寒天	0.5	後 ろ 期 (生後9ヶ月)	オレンジ寒 幼児の1/3			(1) 粉寒天、水、さとうを合わせ、かき混ぜながらしっかりと煮溶かす。 (2) 寒天とさとうが溶け、透明感がでてきたらみかんジュースを加える。 (3) (2) を型に流して、冷やし固める。 ※みかん缶やモモ缶などの果物を入れてもおいしく出来上がります。				
	100%みかんジュース	50									
	さとう	5									
	水	20									
			中 ろ 期 (生後7ヶ月)	他のもので対応							
			前 ろ 期 (生後5ヶ月)	他のもので対応							
栄養素	エネルギー	タンパク質	脂質	繊維	カルシウム	鉄	ビタミン				塩分
	(kカロリー)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	A(μgRE)	B1(mg)	B2(mg)	C(mg)	(g)
栄養量	41	0.3	0.1	0.4	7	0.1	18	0.03	0.01	15	0.0