

献立名	幼児食		離乳食				調理方法				
	材料名	使用量(g)	期	献立							
おからかりんとう	おから	10	後 ろ 期 (生後9ヶ月)	他のもので対応			(1) Aを混ぜ合わせ、固さを見ながら水を加えて耳たぶくらいの柔らかさにこねる。 (2) (1)を薄くのばし、かりんとう状に細く切って170℃の油でカラッと揚げる。				
	小麦粉	20									
	卵	5									
	ちりめんじゃこ	3									
	三温糖	3	中 ろ 期 (生後7ヶ月)	他のもので対応							
	揚げ油	3									
			前 ろ 期 (生後5ヶ月)	他のもので対応							
						ビタミン				塩分	
	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)	A(μgRE)	B1(mg)	B2(mg)	C(mg)	(g)
栄養量	138	4.0	4.3	1.6	32	0.3	15	0.05	0.03	0	0.2