

献立名	幼児食		離乳食				調理方法				
	材料名	使用量(g)	期	献立							
ごぼうサラダ	ごぼう	15	後 ろ 期 (生後9ヶ月)	人参サラダ 人参 10 ツナ缶 5			(1) ごぼうはさがきに、人参は線切りにする。 (2) (1)を別々に茹でる。 (3) ツナ缶は油を切り、コーン缶は水気を切る。 (4) さとう、うすくちしょうゆ、マヨネーズを合わせ、(2)と(1)を和える。				
	人参	8									
	さとう	1									
	うすくちしょうゆ	1									
	ツナ缶	10									
	コーン缶	10	中 ろ 期 (生後7ヶ月)	柔らか煮 人参 10							
	マヨネーズ	5									
			前 ろ 期 (生後5ヶ月)	柔らか煮 人参 8							
	エネルギー	タンパク質	脂質	繊維	カルシウム	鉄	8				塩分
	(kカロリー)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	A(μgRE)	B1(mg)	B2(mg)	C(mg)	(g)
栄養量	67	2.3	3.8	1.5	11	0.2	66	0.01	0.03	0	0.5