

# 授乳食の例

## 朝食



- ☆パン ☆いちごジャム
- ☆ポタージュスープ ☆ウインナー
- ☆いんげんサラダ ☆ヤクルト
- ☆フルーツ

## 昼食



- ☆ラーメン ☆水餃子 ☆豆腐の野菜あんかけ
- ☆ドームケーキ ☆鉄強化ヨーグルト ☆フルーツ

## 夕食+夜食



- ☆ご飯 ☆鰯の梅おろしのせ ☆冷しゃぶ
- ☆蓮根のピリ辛炒め ☆青菜のマヨネーズ和え
- ☆フルーツ ☆鉄強化飲料 ☆日替わりパン(夜食)