

2019年 1月

みらいっこきっす様

## 1月の幼児食献立

日にち	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 エネルギーのもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	7大アレルゲン	Kcal
7日	月	ごはん 鶏肉の味噌焼き ごぼうの豆腐そぼろあんかけ 小松菜のお浸し コールスローサラダ	鶏肉、豆腐、味噌	精白米、片栗粉、油、砂糖、 フレンチドレッシング	ごぼう、小松菜、人参、キャ ベツ、きゅうり、コーン		408
8日	火	ごはん ひき肉カレー風 白菜と彩り豆の炒め物 わかめの和え物 ポパイサラダ	豚ひき肉、ミックスビーンズ	精白米、油、カレールー、和 風ドレッシング	玉ねぎ、白菜、パプリカ、わ かめ、きゅうり、ほうれん 草、カリフラワー、コーン		403
9日	水	ごはん 白身魚フライ 青梗菜のそぼろ炒め 大根の煮物 コーンサラダ	赤魚、鶏ひき肉	精白米、小麦粉、パン粉、 油、砂糖、サウザンドレッシ ング	青梗菜、玉ねぎ、大根、人 参、コーン、パプリカ、スッ キーニ	小麦	422
10日	木	お楽しみビュッフェ 詳細は後日お知らせいたします					
11日	金	ごはん たらのトマトソースがけ ミルフィーユカツ かぼちゃのグリル 大根サラダ	たら、豚肉	精白米、小麦粉、パン粉、 油、サウザンドレッシング	玉ねぎ、トマト、かぼちゃ、 大根、人参、きゅうり	小麦	409
15日	火	ごはん 鶏肉のクリーム煮 ジャが芋とツナの炒め物 ひじきの和風和え ポパイサラダ	鶏肉、ツナ	精白米、じゃが芋、油、シ チューの素、フレンチドレ ッシング	玉ねぎ、パプリカ、ひじき、 キャベツ、ほうれん草、コー ン、カリフラワー		407
16日	水	ごはん 厚揚げ麻婆 白菜とツナの炒め物 もやしのナムル風 キャロットサラダ	厚揚げ、鶏ひき肉、ツナ、味 噌	精白米、片栗粉、油、イタリ アンドレッシング	長ネギ、白菜、パプリカ、も やし、小松菜、人参、きゅう り、カリフラワー		422
17日	木	ごはん 豚肉のトマト風味カレー ほうれん草と大豆の炒め物 キャベツのお浸し 大根サラダ	豚肉、大豆	精白米、油、砂糖、カレー ルー、和風ドレッシング	玉ねぎ、トマト、ほうれん 草、もやし、キャベツ、きゅ うり、大根、人参、コーン		407
18日	金	ごはん さわらのマヨ焼き かぼちゃと豆腐のコロッケ 小松菜の和え物 わかめサラダ	さわら、豆腐	精白米、小麦粉、パン粉、 油、マヨネーズ、和風ドレ ッシング	かぼちゃ、小松菜、もやし、 わかめ、玉ねぎ、コーン	小麦	422
21日	月	ごはん 赤魚の味噌煮 鶏肉の竜田揚げ さつま芋の煮物 ごぼうサラダ	赤魚、鶏肉、味噌	精白米、さつま芋、片栗粉、 油、砂糖、マヨネーズ	ごぼう、人参、きゅうり		422
22日	火	ごはん 鶏肉のコーンクリーム煮 大根とツナの炒り煮 青梗菜のナムル風 コールスローサラダ	鶏肉、ツナ	精白米、油、コーンシチュー の素、サウザンドレッシング	玉ねぎ、大根、パプリカ、青 梗菜、もやし、キャベツ、 きゅうり、コーン		408

2019 年 1 月

みらいっこきっす様

# 1月の幼児食献立

日にち	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 1杯-のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	7大アレルゲン	Kcal
23日	水	ごはん 豚肉の中華煮 かぼちゃと油揚げの煮物 小松菜のお浸し コーンサラダ	豚肉、油揚げ	精白米、片栗粉、油、砂糖、 フレンチドレッシング	玉ねぎ、白菜、人参、かぼ ちや、小松菜、もやし、コー ン、パプリカ、ズッキーニ		402
24日	木	ごはん 厚揚げのケチャップ炒め ほうれん草と彩り豆の炒め物 白菜のお浸し ポテトサラダ	厚揚げ、ミックスビーンズ	精白米、じゃが芋、油、砂 糖、マヨネーズ	玉ねぎ、ほうれん草、もやし、 白菜、きゅうり、人参、 コーン		415
25日	金	ごはん たららのクリームソースがけ ミルフィーユカツ きゅうりの和え物 カリフラワーサラダ	たら、豚肉	精白米、小麦粉、パン粉、 油、シチューの素、イタリア ンドレッシング	玉ねぎ、きゅうり、わかめ、 カリフラワー、パプリカ、 コーン	小麦	407
28日	月	ごはん 鶏肉のテリマヨ焼き キャベツと油揚げの炒め物 かぼちゃの煮物 コーンサラダ	鶏肉、油揚げ	精白米、油、砂糖、マヨネー ズ、イタリアンドレッシング	キャベツ、パプリカ、かぼ ちや、コーン、人参、カリフ ラワー		399
29日	火	ごはん 麻婆豆腐 青梗菜とツナの中華炒め もやしのナムル風 わかめサラダ	豆腐、鶏ひき肉、ツナ、味噌	精白米、片栗粉、油、砂糖、 和風ドレッシング	長ネギ、青梗菜、人参、もやし、 きゅうり、わかめ、カリ フラワー、コーン		418
30日	水	ごはん ますのカレーソースがけ 鶏肉の竜田揚げ カリフラワーの和風和え キャロットサラダ	ます、鶏肉	精白米、片栗粉、油、砂糖、 カレールー、イタリアンド レッシング	玉ねぎ、カリフラワー、きゅ うり、人参、パプリカ、ズッ キーニ		408
31日	木	ごはん チキンカレー さわらの味噌マヨ焼き 白菜のお浸し ポパイサラダ	さわら、鶏肉、味噌	精白米、片栗粉、カレー ルー、マヨネーズ、フレンチ ドレッシング	玉ねぎ、白菜、きゅうり、ほ うれん草、コーン、パプリカ		418

弊社で使用しておりますドレッシング・マヨネーズはすべて卵・乳不使用のものになります。

また、ハンバーグ・フライにつきましても牛乳、卵不使用となっております。

魚は骨取りを使用しておりますが、まれに小骨が入っている場合もございます

また、鶏肉につきましてもまれに軟骨、小骨がある場合もございますので、喫食時にはご注意ください。

※7大アレルゲンについて... 醤油に含まれる(小麦)の表記は控えさせて頂いております

17日と31日は温かいメイン料理でのご提供になります

※ 仕入れの状況により、献立の内容が一部変更する場合がありますので、ご了承ください。