

2018年10月

みらいっこきっず様

10月の乳児食献立

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大アレルギー	Kcal
1日	月	ごはん 鶏肉の味噌焼き 大根と大豆の煮物 ひじきの和風和え コールスローサラダ	鶏肉、大豆、味噌	精白米、油、砂糖、フレンチドレッシング	大根、人参、ひじき、もやし、キャベツ、きゅうり、コーン		355
2日	火	ごはん 赤魚の照焼き 白菜のそぼろ炒め ジャガ芋の煮物 ポパイサラダ	赤魚、豚ひき肉	精白米、じゃが芋、油、砂糖、和風ドレッシング	白菜、パプリカ、人参、ほうれん草、カリフラワー、きゅうり		363
3日	水	ごはん ポークチャップ かぼちゃのツナあんかけ 青梗菜のナムル風 コーンサラダ	豚肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、砂糖、イタリアンドレッシング	玉ねぎ、かぼちゃ、青梗菜、もやし、コーン、ズッキーニ、パプリカ		349
4日	木	小松菜入りチキンカレーライス たらの漬焼き キャベツのお浸し ごぼうサラダ	たら、鶏肉	精白米、油、カレールー、サウザンドレッシング	小松菜、もやし、キャベツ、きゅうり、ごぼう、人参、パプリカ		355
5日	金	ごはん 鶏肉のマヨ炒め 彩り豆のトマト煮 もやしの中華和え カリフラワーサラダ	鶏肉、ミックスピーンズ	精白米、油、マヨネーズ、フレンチドレッシング	キャベツ、玉ねぎ、トマト、もやし、きゅうり、カリフラワー、人参、コーン		363
9日	火	ごはん 鶏肉のクリーム煮 キャベツと油揚げの炒め物 わかめのおろし和え カリフラワーサラダ	鶏肉、油揚げ	精白米、油、シチューの素、イタリアンドレッシング	玉ねぎ、キャベツ、パプリカ、わかめ、大根、カリフラワー、人参、コーン		367
10日	水	ごはん 厚揚げの中華煮 ジャガ芋とツナの炒め物 小松菜のお浸し 中華風サラダ	厚揚げ、ツナ	精白米、じゃが芋、片栗粉、油、マリネドレッシング	白菜、青梗菜、ピーマン、小松菜、もやし、きゅうり、人参、コーン		354
11日	木	ひき肉カレーライス 青梗菜と豆腐のチャンプル 白菜の味噌和え かぼちゃサラダ	豚ひき肉、豆腐、味噌	精白米、油、カレールー、マヨネーズ	玉ねぎ、青梗菜、もやし、白菜、人参、かぼちゃ、きゅうり、パプリカ		355
12日	金	ごはん ますのオニオンソースがけ ごぼうと油揚げの煮物 キャベツのお浸し コーンサラダ	ます、油揚げ	精白米、油、砂糖、イタリアンドレッシング	玉ねぎ、ごぼう、人参、キャベツ、きゅうり、コーン、ズッキーニ、パプリカ		363
15日	月	ごはん 赤魚の味噌焼き カリフラワーと鶏肉のクリーム煮 ほうれん草のナムル風 キャロットサラダ	赤魚、鶏肉、味噌	精白米、油、シチューの素、サウザンドレッシング	カリフラワー、玉ねぎ、ほうれん草、もやし、人参、きゅうり、コーン		357
16日	火	ごはん ポークハヤシ 厚揚げの煮物 白菜の和え物 かぼちゃサラダ	豚肉、厚揚げ	精白米、油、砂糖、ハヤシルー、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、白菜、きゅうり、かぼちゃ、ズッキーニ、パプリカ		354
17日	水	ごはん たらの味噌焼き 青梗菜と彩り豆の炒め物 さつま芋の煮物 コールスローサラダ	たら、ミックスピーンズ、味噌	精白米、さつま芋、油、砂糖、フレンチドレッシング	青梗菜、玉ねぎ、キャベツ、人参、きゅうり		354

2018年10月

みらいっこきっず様

10月の乳児食献立

日にち	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 食材-のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	7大アレルギー	Kcal	
18日	木	ごはん 鶏肉の照焼き キャベツと大豆の炒め物 小松菜のお浸し 大根サラダ	鶏肉、大豆	精白米、油、砂糖、和風ドレッシング	キャベツ、玉ねぎ、小松菜、もやし、大根、人参、コーン		354	
19日	金	ごはん 麻婆豆腐 ひじきとツナの炒め物 青梗菜の和え物 ごぼうサラダ	豆腐、鶏ひき肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、マヨネーズ	長ネギ、ひじき、キャベツ、青梗菜、もやし、ごぼう、きゅうり、パプリカ		349	
22日	月	ごはん ますのマヨ焼き ジャが芋と油揚げの煮物 わかめの和え物 コーンサラダ	ます、油揚げ	精白米、じゃが芋、砂糖、マヨネーズ、サウザンドレッシング	人参、わかめ、玉ねぎ、コーン、カリフラワー、きゅうり		354	
23日	火	ごはん 鶏肉のおろし煮 小松菜とツナの炒め物 キャベツのお浸し さつま芋サラダ	鶏肉、ツナ	精白米、さつま芋、油、砂糖、フレンチドレッシング	玉ねぎ、大根、小松菜、もやし、キャベツ、きゅうり、ズッキーニ、パプリカ		347	
24日	水	ごはん 厚揚げのチャンプル 大根と豚肉の煮物 白菜の和え物 ポパイサラダ	厚揚げ、豚肉	精白米、油、砂糖、和風ドレッシング	もやし、青梗菜、大根、人参、白菜、きゅうり、ほうれん草、カリフラワー、コーン		347	
25日	木	お楽しみビュッフェメニュー【詳細は後日お知らせいたします】						
26日	金	ごはん 赤魚の漬焼き かぼちゃと彩り豆の煮物 大根のお浸し キャロットサラダ	赤魚、ミックスビーンズ	精白米、油、砂糖、イタリアンドレッシング	かぼちゃ、大根、わかめ、人参、カリフラワー、きゅうり		355	
29日	月	ごはん 鶏肉のカレー風煮 白菜とツナの炒め物 スチームポテト 大根サラダ	鶏肉、ツナ	精白米、じゃが芋、油、カレールー、和風ドレッシング	玉ねぎ、白菜、パプリカ、大根、人参、きゅうり		361	
30日	火	ごはん たら照焼き 青梗菜のそぼろ炒め ひじきの煮物 コールスローサラダ	たら、鶏ひき肉	精白米、油、砂糖、フレンチドレッシング	青梗菜、玉ねぎ、ひじき、ごぼう、キャベツ、人参、きゅうり		363	
31日	水	ごはん ボークビーンズ かぼちゃとツナのグラタン風 ほうれん草のお浸し コーンサラダ	豚ひき肉、ミックスビーンズ、ツナ	精白米、油、シチューの素、イタリアンドレッシング	玉ねぎ、トマト、かぼちゃ、ほうれん草、もやし、コーン、ズッキーニ、パプリカ		361	

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、喫食時にはご注意願います。

※7大アレルギーについて... 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

4日と11日は温かいメイン料理でご提供いたします

※ 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

2018 年 10 月

みらいっこきっず様

10月の乳児食献立

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
-----	----	----	-----------------	----------------------	------------------	---------	------

※ 10月にはアレルギー対応の献立が変更される場合がありますので、ご了承ください。