

## 2月の離乳食献立（完了期）

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
1日	水	柔らかいごはん さわらの味噌焼き キャベツのそぼろ炒め 切干大根の煮物	さわら、鶏ひき肉、味噌	精白米、油	キャベツ、玉ねぎ、切干大根、人参		234
2日	木	柔らかいごはん 鶏肉のカレー風味煮 大根のツナあんかけ わかめの和え物	鶏肉、ツナ	精白米、片栗粉、油、カレールー	大根、人参、わかめ、もやし、きゅうり		237
3日	金	柔らかいごはん たらの生姜煮 大豆のけんちん煮 白菜のお浸し	たら、大豆	精白米、油	しょうが、大根、人参、ごぼう、白菜、きゅうり		232
6日	月	柔らかいごはん 鶏肉の照焼き かぼちゃとツナの煮物 大根のきんぴら	鶏肉、ツナ	精白米、油、砂糖	かぼちゃ、大根、人参		243
7日	火	柔らかいごはん 赤魚の漬焼き 白菜と鶏肉の中華炒め ごぼうの煮物	赤魚、鶏肉	精白米、油	白菜、小松菜、ごぼう、大根		232
8日	水	柔らかいごはん 鶏肉の味噌炒め 大根のそぼろ煮 キャベツのお浸し	鶏肉、鶏ひき肉、味噌	精白米、片栗粉、油	大根、人参、キャベツ、きゅうり		233
9日	木	柔らかいごはん たらの照焼き ごぼうと鶏肉の煮物 白菜の和え物	たら、鶏肉	精白米、砂糖	ごぼう、大根、白菜、もやし		235
10日	金	柔らかいごはん 鶏肉のクリーム煮 キャベツと高野豆腐の炒め物 ごぼうの煮物	鶏肉、高野豆腐	精白米、油	玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし、ごぼう		236
13日	月	柔らかいごはん さわらのみりん焼き 大根と鶏肉の炒り煮 かぼちゃの煮物	さわら、鶏肉	精白米、油、砂糖	大根、パプリカ、かぼちゃ		237
14日	火	柔らかいごはん 五目豆腐 さつま芋と鶏肉の煮物 もやしの中華和え	厚揚げ、鶏肉	精白米、さつま芋、油、砂糖	白菜、人参、玉ねぎ、青梗菜、もやし、きゅうり		232
15日	水	柔らかいごはん 鶏肉のしょうが焼き 大根と油揚げの煮物 キャベツの和え物	鶏肉、油揚げ	精白米、油、砂糖	玉ねぎ、パプリカ、大根、人参、キャベツ、ほうれん草		235
16日	木	柔らかいごはん 鮭の漬焼き 白菜と鶏肉炒め物 ごぼうのきんぴら	鮭、鶏肉	精白米、片栗粉、油	白菜、青梗菜、ごぼう、ピーマン		230
17日	金	柔らかいごはん 鶏肉の照焼き キャベツとツナの中華炒め わかめの和え物	鶏肉、ツナ	精白米、油、砂糖	キャベツ、パプリカ、わかめ、もやし		233

## 2月の離乳食献立（完了期）

日にち	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 1材料のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	7大アレルゲン	Kcal
20日	月	柔らかいごはん たらの漬焼き ごぼうのしくれ煮風 青梗菜のお浸し	たら、鶏ひき肉	精白米、砂糖	ごぼう、人参、青梗菜、もやし		234
21日	火	柔らかいごはん 鶏肉の味噌焼き 切干大根とツナの煮物 白菜の和え物	鶏肉、ツナ、味噌	精白米、油、砂糖	切干大根、人参、白菜、きゅうり		235
22日	水	柔らかいごはん 鮭の照焼き キャベツと鶏肉の炒め物 かぼちゃの煮物	鮭、鶏肉	精白米、油	キャベツ、青梗菜、かぼちゃ		230
23日	木	柔らかいごはん 麻婆豆腐 青梗菜とツナの中華炒め ひじきの煮物	豆腐、鶏ひき肉、ツナ、味噌	精白米、片栗粉、油、砂糖	長ネギ、青梗菜、もやし、ひじき、人参、大根		232
24日	金	柔らかいごはん 赤魚の煮付 ジャガ芋と鶏肉の炒り煮 小松菜の和え物	赤魚、鶏肉	精白米、ジャガ芋、油、砂糖	ジャガ芋、ピーマン、小松菜、もやし		229
27日	月	柔らかいごはん チキンチャップ 白菜のツナあんかけ ほうれん草のお浸し	鶏肉、ツナ	精白米、片栗粉、油	玉ねぎ、白菜、人参、ほうれん草、もやし		235
28日	火	柔らかいごはん さわらの幽庵焼き 肉野菜炒め もやしのナムル	さわら、鶏肉	精白米、油	キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、もやし、青梗菜		230

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。

骨抜き魚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ので、喫食時にはご注意ください

今月の行事食：3日は節分です。

「福は内、鬼は外」と声を出しながら福豆（煎り大豆）を撒いて

年齢の数だけ（もしくは1つ多く）豆を食べる厄除けを行います。

福豆の変わりとして大豆のけんちん煮をご用意しました。

※ 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。