

2019年 1月

みらいっこぶち様

1月の離乳食献立（中期・後期）

日にち	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 I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
7日	月	おかゆ 豆腐のキャロットソースがけ キャベツのお浸し風	豆腐	精白米	人参、キャベツ、玉ねぎ、ほうれん草		162
8日	火	おかゆ ささみと白菜の煮物 さつま芋の煮物	ささみ	精白米、さつま芋	白菜、小松菜、カリフラワー		166
9日	水	おかゆ たらと野菜のとり煮 マッシュポテト	たら	精白米、じゃが芋	キャベツ、人参、青梗菜		165
10日	木	おかゆ 大根のそぼろ煮 白菜のとりみ煮	鶏ひき肉	精白米、片栗粉	大根、ほうれん草、白菜、人参		163
11日	金	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 かぼちゃの煮物	豆腐	精白米	キャベツ、ブロッコリー、玉ねぎ、かぼちゃ		163
15日	火	おかゆ たらと白菜の煮物 オニオンスープ煮	たら	精白米	白菜、青梗菜、玉ねぎ、人参		162
16日	水	おかゆ さつま芋のそぼろ煮 キャベツのお浸し風	鶏ひき肉	精白米、さつま芋	キャベツ、玉ねぎ、ほうれん草		162
17日	木	おかゆ 豆腐と大根の煮物 人参のサラダ風	豆腐	精白米	大根、小松菜、人参、カリフラワー		166
18日	金	おかゆ 鶏じゃが ブロッコリーのスープ煮	ささみ	精白米、じゃが芋	人参、ブロッコリー、玉ねぎ		164
21日	月	おかゆ 大根のそぼろあんかけ ほうれん草のお浸し風	鶏ひき肉	精白米、片栗粉	大根、人参、ほうれん草、玉ねぎ		163
22日	火	おかゆ 豆腐のかぼちゃソースがけ キャベツのスープ煮	豆腐	精白米	かぼちゃ、キャベツ、玉ねぎ、小松菜		163
23日	水	おかゆ ささみと白菜の煮物 オニオンサラダ風	ささみ	精白米	白菜、人参、玉ねぎ、ブ		165

2019年 1月

みらいっこぶち様

1月の離乳食献立（中期・後期）

日にち △△日	曜日 △	献立 おかゆ △△の△△△△△△ △△△△△△△△△	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 △△
24日	木	おかゆ たらのおろし煮 さつまいの煮物	たら	精白米、さつまい	大根、青梗菜、人参		163
25日	金	おかゆ キャベツのそぼろ煮 白菜のお浸し風	鶏ひき肉	精白米	キャベツ、人参、白菜、小松菜		166
28日	月	おかゆ ささみと野菜のスープ煮 カリフラワーのサラダ風	ささみ	精白米	白菜、小松菜、カリフラワー、人参		164
29日	火	おかゆ たらとじゃが芋の煮物 キャベツのとろ煮	たら	精白米、じゃが芋	ほうれん草、キャベツ、人参		165
30日	水	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 大根の煮物	鶏ひき肉	精白米	かぼちゃ、大根、青梗菜、玉ねぎ		164
31日	木	おかゆ 豆腐のブロッコリーソースがけ 野菜のお浸し風	豆腐	精白米	ブロッコリー、キャベツ、玉ねぎ、小松菜		165

調味料の使用はございません。

素材そのものの味をいかして調理しております。

※ 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。