

## 5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 E141-1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	火	柔らかいごはん 鶏肉のカレー風味煮 大根と彩り豆の炒め物 青梗菜のナムル風	鶏肉、ミックスビーンズ	精白米、油、カレールー	玉ねぎ、大根、青梗菜、もやし		265
2日	水	柔らかいごはん ますの照焼き 小松菜の油揚げの煮浸し風 白菜の和え物	ます、油揚げ	精白米、砂糖	小松菜、玉ねぎ、白菜、きゅうり		276
7日	月	柔らかいごはん チキンチャップ 大根とツナの煮物 ほうれん草のお浸し	鶏肉、ツナ	精白米、じゃが芋、油、砂糖	玉ねぎ、大根、人参、ほうれん草、もやし		272
8日	火	柔らかいごはん 赤魚の味噌焼き ごぼうと油揚げの煮物 白菜のお浸し	赤魚、油揚げ、味噌	精白米、砂糖	ごぼう、人参、白菜、きゅうり		265
9日	水	柔らかいごはん 鶏肉の照焼き 大根と大豆の煮物 ほうれん草のお浸し	鶏肉、大豆	精白米、油、砂糖	大根、人参、ほうれん草		276
10日	木	柔らかいごはん ますの漬焼き 青梗菜と鶏肉の炒め物 大根のきんぴら風	ます、鶏肉	精白米、油	青梗菜、もやし、大根、人参		265
11日	金	柔らかいごはん 鶏肉のしょうが焼き もやしと油揚げのカレー炒め 里芋の煮物	鶏肉、油揚げ	精白米、里芋、油、カレールー	玉ねぎ、もやし、ピーマン		260
14日	月	柔らかいごはん 鶏肉のカレー風味焼き ほうれん草と油揚げの煮浸し ごぼうのきんぴら	鶏肉、油揚げ	精白米、油、カレールー	ほうれん草、玉ねぎ、ごぼう、人参		266
15日	火	柔らかいごはん 厚揚げ麻婆 小松菜とツナの中華炒め かぼちゃの煮物	厚揚げ、鶏ひき肉、ツナ、味噌	精白米、片栗粉、油	長ネギ、小松菜、玉ねぎ、かぼちゃ		262
16日	水	柔らかいごはん さわらの照焼き 鶏じゃが キャベツのお浸し	さわら、鶏肉	精白米、じゃが芋、砂糖	人参、キャベツ、きゅうり		265
17日	木	柔らかいごはん チキンハヤシ風 大根のツナ炒り煮 小松菜のお浸し	鶏肉、ツナ	精白米、油、砂糖、ハヤシルー	玉ねぎ、大根、人参、小松菜、もやし		266
18日	金	柔らかいごはん 赤魚の漬焼き 青梗菜のそぼろ炒め 大根の煮物	赤魚、鶏ひき肉	精白米、油	青梗菜、玉ねぎ、大根、人参		271

## 5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 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
21日	月	柔らかいごはん 鶏肉の漬焼き ごぼうの豆腐そぼろあんかけ わかめの和え物	鶏肉、豆腐	精白米、片栗粉	ごぼう、わかめ、玉ねぎ		266
22日	火	柔らかいごはん さわらのパジル焼き 鶏肉のおろし煮 白菜のお浸し	さわら、鶏肉	精白米、砂糖	大根、白菜、人参		266
23日	水	柔らかいごはん 鶏肉の味噌炒め 大根と大豆の煮物 ほうれん草のお浸し	鶏肉、大豆、味噌	精白米、油	キャベツ、ピーマン、大根、人参、ほうれん草、もやし		272
24日	木	柔らかいごはん 赤魚の照焼き 青梗菜と鶏肉の炒め物 大根のきんぴら風	赤魚、鶏肉	精白米、油	青梗菜、玉ねぎ、大根、人参		272
25日	金	柔らかいごはん 鶏肉のコーンクリーム煮 キャベツと豆腐の炒め物 わかめの和え物	鶏肉、豆腐	精白米、油、コーンシチューの素	玉ねぎ、キャベツ、人参、わかめ、もやし		271
28日	月	柔らかいごはん さわらかレー風味焼き 白菜のそぼろあんかけ ほうれん草のお浸し	さわら、鶏ひき肉	精白米、片栗粉、カレールー	白菜、玉ねぎ、ほうれん草、人参		271
29日	火	柔らかいごはん 鶏肉のネギ味噌焼き ごぼうとツナの煮物 小松菜の和え物	鶏肉、ツナ、味噌	精白米、油、砂糖	長ネギ、ごぼう、人参、小松菜、もやし		361
30日	水	柔らかいごはん 赤魚の煮付 キャベツと鶏肉の炒め物 青梗菜のナムル風	赤魚、鶏肉	精白米、油、砂糖	キャベツ、ピーマン、青梗菜、もやし		361
31日	木	柔らかいごはん 鶏肉のトマトカレー煮 大根とツナの炒り煮 小松菜のお浸し	鶏肉、ツナ	精白米、油、砂糖、カレールー	玉ねぎ、トマト、大根、ピーマン、小松菜、もやし		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

※ 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。