

2019年 1月

みらいっこぶち様

1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杯増-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	柔らかいごはん 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	鶏肉、豆腐、味噌	精白米、片栗粉、油、砂糖	ごぼう、小松菜、人参		284
8日	火	柔らかいごはん ひき肉カレー風 白菜と彩り豆の炒め物 わかめの和え物	鶏ひき肉、ミックスビーンズ	精白米、油、カレールー	玉ねぎ、白菜、パプリカ、わかめ、きゅうり		280
9日	水	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、砂糖	青梗菜、玉ねぎ、大根、人参		294
10日	木	柔らかいごはん チキンハヤシ風 ジャが芋とツナの煮物 ほうれん草のお浸し	鶏肉、ツナ	精白米、じゃが芋、油、砂糖、ハヤシルー	玉ねぎ、人参、ほうれん草、もやし		285
11日	金	柔らかいごはん たらのトマトソースがけ 小松菜と鶏肉の炒め物 かぼちゃのグリル	たら、鶏肉	精白米、油	玉ねぎ、トマト、小松菜、もやし、かぼちゃ		285
15日	火	柔らかいごはん 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	鶏肉、ツナ	精白米、じゃが芋、油、シチューの素	玉ねぎ、パプリカ、ひじき、キャベツ		283
16日	水	柔らかいごはん 厚揚げ麻婆 白菜とツナの炒め物 もやしのナムル風	厚揚げ、鶏ひき肉、ツナ、味噌	精白米、片栗粉、油	長ネギ、白菜、パプリカ、もやし、小松菜		294
17日	木	柔らかいごはん 鶏肉のトマト煮 ほうれん草と大豆の炒め物 キャベツのお浸し	鶏肉、大豆	精白米、油、砂糖	玉ねぎ、トマト、ほうれん草、もやし、キャベツ、きゅうり		283
18日	金	柔らかいごはん さわらの漬焼き かぼちゃの豆腐そぼろあんかけ 小松菜の和え物	さわら、豆腐	精白米、片栗粉、油	かぼちゃ、小松菜、もやし		294
21日	月	柔らかいごはん 赤魚の味噌煮 キャベツと鶏肉の炒め物 さつま芋の煮物	赤魚、鶏肉、味噌	精白米、さつま芋、油、砂糖	キャベツ、パプリカ		294
22日	火	柔らかいごはん 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	鶏肉、ツナ	精白米、油、コーンシチューの素	玉ねぎ、大根、パプリカ、青梗菜、もやし		283

2019 年 1 月

みらいっこぶち様

1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大アレルギー	Kcal
23日	水	柔らかいごはん 鶏肉の中華煮 かぼちゃと油揚げの煮物 小松菜のお浸し	鶏肉、油揚げ	精白米、片栗粉、油、砂糖	玉ねぎ、白菜、人参、かぼ ちや、小松菜、もやし		280
24日	木	柔らかいごはん 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	厚揚げ、ミックスビーンズ	精白米、油、砂糖	玉ねぎ、ほうれん草、もや し、白菜、きゅうり		289
25日	金	柔らかいごはん たらのクリームソースがけ 大根と鶏肉のコンソメ煮 きゅうりの和え物	たら、鶏肉	精白米、油、シチューの素	玉ねぎ、大根、人参、きゅう り、わかめ		283
28日	月	柔らかいごはん 鶏肉の照焼き キャベツと油揚げの炒め物 かぼちゃの煮物	鶏肉、油揚げ	精白米、油、砂糖	キャベツ、パプリカ、かぼ ちや		278
29日	火	柔らかいごはん 麻婆豆腐 青梗菜とツナの中華炒め もやしのナムル風	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、人参、もや し、きゅうり		291
30日	水	柔らかいごはん ますのカレーソースがけ ひじきと鶏肉の煮物 カリフラワーの和風和え	ます、鶏肉	精白米、油、砂糖、カレー ルー	玉ねぎ、ひじき、ごぼう、カ リフラワー、きゅうり		284
31日	木	柔らかいごはん さわらの味噌焼き 大根のそぼろあんかけ 白菜のお浸し	さわら、鶏ひき肉、味噌	精白米、片栗粉	大根、人参、白菜、きゅうり		291

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

※ 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。