

2018 年 7 月

7月の離乳食献立（中期・後期）

みらいっこぶち様

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
2日	月	おかゆ たら野菜あんかけ 大根のきんぴら風	たら	精白米、片栗粉	キャベツ、ほうれん草、大根、人参		164
3日	火	おかゆ さつまいものそぼろ煮 白菜の煮物	鶏ひき肉	精白米、さつまいも	人参、白菜、ブロッコリー		165
4日	水	おかゆ ほうれん草の白和え 野菜の煮物	豆腐	精白米	ほうれん草、キャベツ、人参、カリフラワー		163
5日	木	おかゆ ささみと大根のとし煮 マッシュポテト	ささみ	精白米、じゃが芋	大根、小松菜、人参		165
6日	金	おかゆ たらとキャベツの煮物 かぼちゃの煮物	たら	精白米	キャベツ、人参、玉ねぎ、かぼちゃ		160
9日	月	おかゆ 豆腐のブロッコリーソースがけ キャベツのお浸し風	豆腐	精白米	ブロッコリー、キャベツ、玉ねぎ、ほうれん草		163
10日	火	おかゆ ささみと白菜の煮物 人参のスープ煮	ささみ	精白米	白菜、小松菜、人参、カリフラワー		163
11日	水	おかゆ たらのおろし煮 さつまいもの煮物	たら	精白米、さつまいも	大根、ほうれん草、人参		163
12日	木	おかゆ キャベツのそぼろ煮 白菜のとし煮	鶏ひき肉	精白米、片栗粉	キャベツ、青梗菜、白菜、人参		164
13日	金	おかゆ 豆腐とじゃが芋の煮物 人参のサラダ風	豆腐	精白米、じゃが芋	玉ねぎ、人参、ブロッコリー		165
17日	火	おかゆ たらと白菜のとし煮 マッシュパンプキン	たら	精白米	白菜、玉ねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー		162
18日	水	おかゆ 大根のそぼろあんかけ キャベツのスープ煮	鶏ひき肉	精白米、片栗粉	大根、ほうれん草、キャベツ、カリフラワー		162
19日	木	おかゆ 豆腐のさつまいもソースがけ 白菜のお浸し風	豆腐	精白米、さつまいも	白菜、玉ねぎ、人参		164
20日	金	おかゆ ささみとキャベツの煮物 大根の煮物	ささみ	精白米	キャベツ、人参、大根、ブロッコリー		165

2018 年 7 月

7月の離乳食献立（中期・後期）

みらいっこぶち様

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
23日	月	おかゆ 大根のそぼろ煮 白菜の煮物	鶏ひき肉	精白米	大根、青梗菜、白菜、人参		164
24日	火	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 ジャガ芋のきんぴら風	豆腐	精白米、じゃが芋	キャベツ、ほうれん草、じゃが芋、人参		165
25日	水	おかゆ ささみと白菜の煮物 大根のとりみ煮	ささみ	精白米、片栗粉	白菜、人参、大根、小松菜		162
26日	木	おかゆ たらのかぼちゃソースがけ キャベツのお浸し風	たら	精白米	かぼちゃ、キャベツ、玉ねぎ、青梗菜		165
27日	金	おかゆ さつま芋のそぼろ煮 ブロッコリーのサラダ風	鶏ひき肉	精白米	人参、ブロッコリー、白菜		162
30日	月	おかゆ ささみとキャベツのとり煮 白菜のスープ煮	ささみ	精白米	キャベツ、人参、白菜、ほうれん草		163
31日	火	おかゆ たらとじゃが芋の煮物 大根の煮物	たら	精白米、じゃが芋	人参、大根、小松菜		162

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。