

# 2024年5月 乳児食 献立表



スマートフォンで表示されています。 乳児食の主食はすべてわかちごはんになります。

日付	曜日	主食	献立	カロリー	たんぱく質	体をつくる	熱や力になる	体調を整える
1	水	ごはん	鮭じゃが お野菜のみそ炒め 焼豚 大根葉のごま和え 昆布豆	253	7.3	さけ 豚肉 大豆 昆布	ごめ 植物油脂 じゃがいも ごま	キャベツ チンゲン菜 人参 コーン 大根葉
2	木	S	ごはん	247	7.4	豚肉 まぐろ	ごめ 植物油脂 じゃがいも	黄桃 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ ピーマン ブロッコリー
7	火		ごはん	259	8.1	鶏肉	ごめ 植物油脂 春雨 ごま	ごぼう 人参 れんこん オクラ バイン
8	水	S	ごはん	250	8.6	鶏肉 すり身	ごめ 植物油脂 じゃがいも	玉ねぎ 人参 ほうれん草 カリフラワー とうもろこし
9	木		ごはん	296	8.9	豚肉 すり身	ごめ 植物油脂 じゃがいも 白滝	玉ねぎ 人参 たけのこ みかん
10	金		ごはん	265	8.2	豚肉 油揚げ	ごめ 植物油脂	玉ねぎ 人参 大根 れんこん なす 白桃
13	月		ごはん	268	9.1	さけ 削り節 大豆 昆布 厚揚げ	ごめ 植物油脂 ごま	大根 しいたけ 人参 いんげん オクラ キャベツ
14	火		ごはん	283	8.3	すり身 昆布 鶏肉 青海苔	ごめ 植物油脂 じゃがいも	キャベツ グリンピース 人参 コーン 黄桃
15	水		ごはん	258	7.6	豚肉 豆腐 すり身	ごめ 植物油脂 さつまいも ごま	ひらたけ しいたけ マッシュルーム ねぎ れんこん いんげん みかん
16	木		ごはん	256	10.3	鶏肉 さけ	ごめ 植物油脂 ごま	ごぼう 人参 水菜 キャベツ たけのこ りんご
17	金		ごはん	301	8.8	豚肉 鶏肉	ごめ 植物油脂 ごま	玉ねぎ 人参 こまつな 黄桃
20	月	S	ごはん	246	9.2	豆腐 豚肉 鶏肉 しらす	ごめ 植物油脂	玉ねぎ チンゲン菜 バイン
21	火		ごはん	253	8.9	豚肉 すり身 鶏肉	ごめ 植物油脂 春雨	玉ねぎ もやし いら ビーマン ひらたけ 人参 白桃
22	水	S	ごはん	225	6.8	豚肉 削り節	ごめ 植物油脂 じゃがいも ごま	玉ねぎ 人参 白菜 ブロッコリー みかん
23	木		ごはん	272	9.5	鶏肉 豚肉 青海苔	ごめ 植物油脂 じゃがいも マカロニ	ひらたけ しいたけ マッシュルーム もやし ビーマン 人参 コーン グリンピース りんご
24	金		ごはん	271	9.6	豆腐 すり身 油揚げ ひじき わかめ まぐろ	ごめ 植物油脂 白滝 ごま さつまいも	人参 コーン ほうれん草 キャベツ 黄桃
27	月		ごはん	271	8.3	豆腐 豚肉 まぐろ	ごめ 植物油脂 ごま	キャベツ 人参 こまつな 大根 りんご
28	火		ごはん	249	9.0	豚肉 大豆 青海苔	ごめ 植物油脂 じゃがいも こんにゃく	チンゲン菜 たけのこ 人参 玉ねぎ バイン
29	水		ごはん	289	10.9	豚肉 豆腐 鶏肉 すり身	ごめ 植物油脂 じゃがいも	いんげん 人参 みかん
30	木		ごはん	250	8.5	鶏肉 豚肉	ごめ 植物油脂 マカロニ ごま 里芋	人参 コーン グリンピース ほうれん草 玉ねぎ 白桃
31	金		ごはん	271	9.4	豚肉 青海苔 すり身	ごめ 植物油脂 白滝	ごぼう 白菜 コーン 大根 みかん

※ 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。  
 ※ 毎日お届けするお弁当は食品衛生上、当日の午後1時までににお召し上がりください。  
 ※ 使用している魚は骨を粗力扱っていますが、まれに小骨が入っている可能性がありますので、食事時にはご注意ください。

※ すり身の原材料に使用している魚はえび、かにを食べているものを含みます。  
 ※ 一部原料はえび、かにが隠れる方法で採取しています。  
 ※ サラダに使用しているマヨネーズは植物油脂を主要原料としたドレッシングです。  
 ※ 乳児食の主食はすべてわかちごはんになります。

産地のご案内 人参(熊本・鹿児島)、キャベツ(愛知)、玉ねぎ(北海道)、じゃがいも(北海道)  
 (主な物) 小松菜・ほうれん草(熊本)、鶏肉(ブラジル)、豚肉・牛肉(オーストラリア)、魚類(欧州、ニュージーランド、チリ)、お米(国内産)