

3月予定献立表(離乳食)

2024年度

太陽と青空保育園

月齢	後期食 調理形態	中期(7・8ヶ月)		後期(9~11ヶ月)		完了(1歳以降)		後期食		
		舌でつぶせる固さ<味付けなし>		歯茎でつぶせる固さ<ベビー用うす味>		歯茎でつぶせる固さ<うす味>				
1	土	おやつ	とり雑炊 野菜スープ	軟飯 野菜スープ 鮭とじゃがいもの和風煮				おやつ		
3	月	ウエハース	全粥 野菜スープ 鶏ささみ人參とたまねぎのくず煮、白菜の煮浸し	軟飯 野菜スープ 鶏ささみ人參とたまねぎのくず煮、白菜の煮浸し	ひな祭り寿司 鶏肉の南部焼き	すまし汁 白菜のおひたし フルーツ(いちご)		蒸しパン		
4	火	ハインハイン	全粥 野菜スープ 豆腐とさつまいもたまねぎのスープ煮、大根のやわらか煮	軟飯 味噌汁 豆腐とさつまいもたまねぎのスープ煮、スティック煮野菜(大根)	軟飯 豆腐のそぼろあん	味噌汁 胡豆布とさつまいもの炒り煮 フルーツ缶詰(マンゴー)		ヨーグルト (無糖)		
5	水	カボチャ& にんじんリング	食パン 野菜スープ 鶏ささみとキャベツとほうれん草の煮物、きゅうりのやわらか煮	食パン 野菜スープ 鶏ささみとキャベツとほうれん草の煮物、スティック煮野菜(きゅうり)	食パン 8枚切 鶏の照り焼き	ポタージュスープ オーロラサラダ 人參のグラッセ		野菜粥 orおにぎり		
6	木	野菜ハインハイン	全粥 野菜スープ 高野豆腐と白菜とたまねぎのあんかけ、小松菜の煮浸し	軟飯 野菜スープ 高野豆腐と白菜とたまねぎのあんかけ、小松菜の煮浸し	軟飯 松風焼き	すまし汁 白菜のじゃこ炒め フルーツ缶詰(パイナップル)		ホットケーキ		
7	金	ビスケット	全粥 野菜スープ 白身魚とたまねぎとじゃがいもの和風煮、ブロッコリーのやわらか煮	軟飯 味噌汁 白身魚とたまねぎとじゃがいもの和風煮、スティック煮野菜(ブロッコリー)	軟飯 魚の磯辺焼き	味噌汁 肉じゃが フロccoliリーのドレッシング和え		さつまいもボール		
8	土	おやつ	とり雑炊 野菜スープ	軟飯 野菜スープ 鮭とじゃがいもの和風煮				おやつ		
10	月	ウエハース	全粥 野菜スープ 白身魚と白菜と人參の煮物、たまねぎのとろとろ煮	軟飯 味噌汁 白身魚と白菜と人參の煮物、たまねぎのとろとろ煮	軟飯 魚のごまだれ焼	味噌汁 高野豆腐と根菜の炒り煮 白菜のけずり和え		野菜スティック		
11	火	ハインハイン	全粥 野菜スープ 鶏ささみと小松菜と人參の和風煮、大根のやわらか煮	軟飯 味噌汁 鶏ささみと小松菜と人參の和風煮、スティック煮野菜(大根)	軟飯 照り焼きチキン	味噌汁 小松菜の煮浸し 大根のドレッシング和え		蒸しパン		
12	水	カボチャ& にんじんリング	全粥 野菜スープ 豆腐とチンゲン菜と人參の煮物、かぼちゃのマッシュ	軟飯 野菜スープ 豆腐とチンゲン菜と人參の煮物、かぼちゃの煮物	チャーハン かぼちゃコロッケ	野菜スープ 春雨サラダ フルーツ缶詰		ヨーグルト (無糖)		
13	木	野菜ハインハイン	全粥 野菜スープ 鶏ささみとたまねぎと人參のくず煮、じゃがいものマッシュ	軟飯 野菜スープ 鶏ささみとたまねぎと人參のくず煮、じゃがいもの煮物	軟飯 ポークチャップ	野菜スープ ポテト炒め フルーツ缶詰(みかん)		ホットケーキ		
14	金	ビスケット	煮込みうどん(たまねぎ、人參) 高野豆腐と小松菜のスープ煮、さつまいものマッシュ	煮込みうどん(たまねぎ、人參) 高野豆腐と小松菜のスープ煮、さつまいもの煮物	かき玉うどん ナムル	蒸しシューマイ さつまいもの甘煮		野菜粥 orおにぎり		
15	土	おやつ	 とり雑炊 野菜スープ	軟飯 野菜スープ 鮭とじゃがいもの和風煮				おやつ		
17	月	ウエハース	全粥 野菜スープ 鶏ささみと大根と人參のスープ煮、じゃがいものマッシュ	軟飯 野菜スープ 鶏ささみと大根と人參のスープ煮、じゃがいもの煮物	軟飯 肉じゃが	野菜スープ 大根サラダ フルーツ缶詰		野菜粥 orおにぎり		
18	火	ハインハイン	全粥 野菜スープ 鶏ささみとじゃがいもと人參のとろとろ煮、チンゲン菜の煮浸し	軟飯 味噌汁 鶏ささみとじゃがいもと人參のとろとろ煮、チンゲン菜の煮浸し	軟飯 鶏肉のマーメレード焼き	味噌汁 ごぼうのサラダ アスパラガスの炒め物		野菜スティック		
19	水	カボチャ& にんじんリング	全粥 野菜スープ 白身魚と里芋と白菜の煮物、人參のやわらか煮	軟飯 味噌汁 白身魚と里芋と白菜の煮物、スティック煮野菜(人參)	赤飯 モロの照り焼き	味噌汁 里芋のそぼろあんかけ いんげんのおひたし		野菜粥 orおにぎり		
20	木	春分の日								
21	金	卒園式 								
22	土	土曜保育なし								
24	月	ウエハース	食パン 野菜スープ 鶏ささみとたまねぎと人參の煮物、きゅうりのやわらか煮	食パン 野菜スープ 鶏ささみとたまねぎと人參の煮物、スティック煮野菜(きゅうり)	食パン 8枚切 ハンバーグ	コーンスープ マカロニサラダ 粉ふきいも		ホットケーキ		
25	火	ハインハイン	お弁当の日							おやつ
26	水	カボチャ& にんじんリング	全粥 野菜スープ 豆腐とたまねぎとじゃがいものくず煮、小松菜の煮浸し	軟飯 野菜スープ 豆腐とたまねぎとじゃがいものくず煮、小松菜の煮浸し	ベビー麻婆豆腐ライス ごま和え	中華風スープ じゃがいバター		コーンフレーク(無糖) ミルク		
27	木	野菜ハインハイン	煮込みうどん(チンゲン菜、人參) 鶏ささみとかぼちゃの煮物、ブロッコリーのやわらか煮	煮込みうどん(チンゲン菜、人參) 鶏ささみとかぼちゃの煮物、スティック煮野菜(ブロッコリー)	醤油ラーメン 温野菜サラダ	春巻き フルーツ缶詰(黄桃)		野菜粥 orおにぎり		
28	金	ビスケット	全粥 野菜スープ 白身魚とほうれん草と人參の和風煮、きゅうりのやわらか煮	軟飯 味噌汁 白身魚とほうれん草と人參の和風煮、スティック煮野菜(きゅうり)	軟飯 魚の味噌焼	すまし汁 花野菜のサラダ フルーツ缶詰(みかん)		ホットケーキ		
29	土	おやつ	とり雑炊 野菜スープ	軟飯 野菜スープ 鮭とじゃがいもの和風煮				おやつ		
31	月	ウエハース	全粥 野菜スープ 鶏ささみとほうれん草と人參のくず煮、たまねぎのとろとろ煮	軟飯 味噌汁 鶏ささみとほうれん草と人參のくず煮、たまねぎのとろとろ煮	軟飯 豚肉のブルコギ風	味噌汁 ひじきの炒り煮 ほうれん草の小野和え		おふのきなこあえ		

* 後期食は進み具合によりお粥又は軟飯を提供致します