

3月献立表 離乳食後期 午前食・午後食

野のはな

日	曜	午 前 食		午 献 立
		献 立	材 料	
1 15 29	土	そばろおじや じゃが芋の煮物 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 えのき茸 あおさ しょう油 塩 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物
3 17 31	月	あんかけおじや ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ピーマン ほうれん草 えのき茸 コーン缶 トマト缶 しょう油 塩 だし汁 片栗粉	トースト ミルクスープ 果物
4 18	火	軟飯 鶏肉の梅煮 かぼちゃサラダ 味噌汁	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 かぼちゃ 舞茸 たら 梅びしお しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 すまし汁 果物
5 19	水	軟飯 たらのごま煮 青菜と大豆の和え物 味噌汁	米 たら 人参 玉ねぎ じゃが芋 大豆 ほうれん草 ひじき ごま しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	あおのりおじや 野菜スープ 果物
6	木	煮込みうどん さつま芋の甘煮	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ さつま芋 青梗菜 生わかめ もやし じめじ しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物
7 21	金	トースト 鶏肉のコーンクリーム煮 蒸し野菜 野菜スープ	食パン 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 クリームコーン キャベツ カリフラワー 粉ミルク しょう油 塩 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物
8 22	土	野菜としらすのおじや ポテトサラダ 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 コーン缶 ブロッコリー しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物
10 24	月	軟飯 肉じゃが 野菜の磯和え 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー 青梗菜 もやし 焼海苔 しょう油 塩 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	きな粉おじや すまし汁 果物
11 25	火	納豆おじや 鶏肉と野菜の煮物 野菜のツナ和え 味噌汁	米 納豆 鶏ささみ ツナ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 生わかめ しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	トースト コーンスープ 果物
12 26	水	軟飯 豆腐のそばろ煮 野菜の味噌和え すまし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 白菜 大根 小松菜 えのき茸 しょう油 塩 素精糖 味噌 だし汁	軟飯 味噌汁 果物
13 27	木	野菜と豚肉のおじや ブロッコリーの煮浸し 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー 白菜 コーン缶 しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 すまし汁 果物
14 28	金	トースト しらすと野菜の煮物 かぶの和え物 トマトスープ	食パン しらす干し 人参 玉ねぎ かぶ じゃが芋 ほうれん草 トマト缶 しょう油 塩 だし汁 片栗粉	そばろおじや 味噌汁 果物

※食事にはミルクがつきます。

※午後食の果物は主にバナナを提供します。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。

空のとり保育園

後食
材 料
食パン しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 塩 だし汁
食パン 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 粉ミルク 塩 だし汁
米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ しょう油 塩 だし汁
米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 青のり 塩 だし汁
米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 味噌 だし汁
米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
食パン 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 塩 だし汁
米 きな粉 人参 玉ねぎ じゃが芋 あおさ しょう油 塩 だし汁
食パン 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 クリームコーン 塩 だし汁
米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
米 たら 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 しょう油 塩 だし汁
米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 味噌 だし汁