

3月 離乳食献立表

新生東志賀保育園

日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱やかとなる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
2	おかゆ ツナじゃが 春雨スープ	米 ジャがいも 春雨 うどん	ツナ水煮缶 かつお節	玉ねぎ キャベツ しめじ 人参 ほうれん草	煮込みうどん
3	おかゆ 鶏だんごとキャベツの煮物 さつまいものみそ汁 おかゆ	米 さつまいも 小麦粉	鶏ささみひき肉 合わせみそ 牛乳	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ ねぎ ほうれん草 いちご	ほうれん草のパンケーキ
4・17	豆腐のあんかけ丼 レタススープ 4日：バナナ	米 マカロニ	豆腐 きなこ	玉ねぎ キャベツ わかめ レタス きゅうり もやし コーン バナナ	マカロニきなこ
5・19	おかゆ 里芋のそぼろ煮 ほうれん草のスープ	米 里芋	鶏ささみひき肉 かつお節	ブロッコリー 玉ねぎ ほうれん草 人参	おかかかゆ
6・23	おかゆ カレイの煮付け チンゲン菜のスープ	米 小麦粉	カレイ 牛乳	ねぎ ブロッコリー コーン チンゲン菜 玉ねぎ	ミルクパンケーキ
7・21	ツナと野菜のおかゆ わかめスープ	米 春雨 さつまいも 小麦粉	ツナ水煮缶 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参 ブロッコリー	7日：米せんべい 21日：ミルクパンケーキ
9・24	ツナのケチャップパスタ かぼちゃスープ	スパゲッティー 米	ツナ水煮缶 牛乳 しらす 納豆	玉ねぎ ピーマン かぼちゃ ケチャップ 人参	9日：しらすかゆ 24日：納豆かゆ
10・25	おかゆ 鶏だんごのケチャップ煮 白菜とコーンのスープ	米 マカロニ 小麦粉	鶏ささみひき肉 牛乳	玉ねぎ ブロッコリー 人参 白菜 コーン ケチャップ	10日：ミルクパンケーキ 25日：おからパンケーキ
11・27	鶏そぼろ丼 大根と小松菜のみそ汁 11日：いちご 27日：デコボン	米 小麦粉 春雨	鶏ささみひき肉 牛乳	ピーマン 人参 大根 小松菜 ねぎ いちご デコボン	11日：ミルクパンケーキ 27日：バナナパンケーキ
12・26	おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 和風コーンスープ	米 食パン 春雨	鶏ささみひき肉 豆腐	玉ねぎ 人参 コーン クリームコーン缶	食パン
13・30	おかゆ 鮭とじゃがいもの煮付け 豆腐とお麩のすまし汁	米 お麩 じゃがいも 小麦粉	鮭 豆腐 牛乳	ほうれん草 人参 玉ねぎ あさつき	ミルクパンケーキ
14・28	ツナと野菜のおかゆ 小松菜のすまし汁	米 小麦粉	ツナ水煮缶 牛乳	ねぎ もやし 人参 コーン	14日：ミルクパンケーキ 28日：米せんべい
16・31	おかゆ しらすとだんごとキャベツの煮物 もやしのスープ	米 ジャがいも	しらす 鶏ささみひき肉	玉ねぎ キャベツ 人参 もやし ほうれん草	じゃがいものおやき
18	おかゆ メカジキとじゃがいもの煮付け 春雨スープ	米 ジャがいも 春雨 小麦粉	メカジキ	ねぎ レタス コーン 玉ねぎ 小松菜 ほうれん草	ほうれん草のパンケーキ

※献立は後期食になります。初期・中期食は段階に合わせ調理します。

※中期から、かつおの削り節でとただしを使用しています。

※献立は変更になる場合があります。

※必要に応じ片栗粉を使用します。