

2026年



3月

## 離乳食献立表

新生保育園

日	献立名	材料名			午後おやつ
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	体の調子を整える食品	
2	パン さつまいもの煮物 キャベツのスープ	春雨 さつまいも パン	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ キャベツ コーン缶 きゅうり ピーマン	マカロニスープ
3・24	おかゆ かれのいの煮つけ 豆腐のみそ汁	パン 米	かれい 豆腐	玉ねぎ 大根 人参 じゃがいも	スティックパン
4	おかゆ 白菜の煮物 ツナスープ	米	鶏ささみひき肉 ツナ缶	人参 もやし 水菜 白菜 玉ねぎ	おかゆ
5・26	おかゆ 豆腐の煮物 チンゲン菜のスープ	米	豆腐 鶏ささみひき肉	玉ねぎ チンゲン菜 白菜 人参 もやし	こめせんべい
6・23	おかゆ 人参の煮物 春雨スープ	春雨 米	豆腐 鶏ささみひき肉 花かつお ツナ缶	チンゲン菜 玉ねぎ 白菜 もやし ひじき	おかゆ
7・21	おかゆ 玉ねぎの煮物 ポテトスープ	米	鶏ささみひき肉	あさつき 玉ねぎ キャベツ 人参 じゃがいも	こめせんべい
9・27	おかゆ じゃがいもの煮物 納豆汁	米 じゃがいも	鶏ささみひき肉 納豆	玉ねぎ 人参 コーン缶 レタス	人参の甘煮
10・31	おかゆ メカジキの煮つけ なすのみそ汁	米 パン	メカジキ	人参 玉ねぎ なす 白菜 豆腐	スティックパン
11・25	パン 南瓜の煮物 ブロッコリーのスープ	米 パン	鶏ささみひき肉	トマト缶 玉ねぎ ブロッコリー 南瓜 人参 あさつき 大根	おかゆ
12	おかゆ キャベツの煮物 南瓜のスープ バナナ	米 さつまいも	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 南瓜 キャベツ きゅうり 乾燥わかめ バナナ	蒸しいも
13	おかゆ もやしの煮物 切干大根のみそ汁	米	鶏ささみひき肉	玉ねぎ コーン缶 もやし キャベツ きゅうり 切干大根 小松菜	おかゆ
14・28	おかゆ 大根の煮物 もやしのスープ	米	鶏ささみひき肉 豆腐	大根 人参 きゅうり キャベツ もやし	こめせんべい
16	おかゆ ブロッコリーの煮物 人参のスープ	米 じゃがいも	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー もやし キャベツ	いも煮
17	おかゆ マカロニの煮物 コーンスープ	米 マカロニ パン	鶏ささみひき肉 豆腐	玉ねぎ きゅうり 人参 白菜 クリーム コーン缶	スティックパン
18	おかゆ メカジキの煮つけ 大根のみそ汁	米 春雨	メカジキ 納豆	キャベツ ブロッコリー 大根 あさつき 乾燥わかめ	おかゆ
19	おかゆ じゃがいもの煮物 わかめスープ	米 じゃがいも	鶏ささみひき肉 プレーンヨーグルト	人参 もやし ほうれん草 玉ねぎ 大根 乾燥わかめ バナナ	バナナヨーグルト
30	おかゆ さつまいもの煮物 白菜のスープ バナナ	米 さつまいも	鶏ささみひき肉 納豆	玉ねぎ 白菜 チンゲン菜 あさつき	おかゆ

※献立は都合により変わる場合があります。

※献立は後期になります。その他は段階に合わせて調理します。