



3月離乳食献立

H30. 3. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	完了食期 (10:15~)	完了食期 添加食	完了食期おやつ (14:15~)
1・15	木	軟飯 わかめスープ 豚ひき肉と野菜の煮物(豚ひき じゃがいも 人参 玉ねぎ)	大根の 甘煮	鮭雑炊 牛乳 果物 (人参 玉ねぎ 長ねぎ 生鮭)
16・30	金	軟飯 豆腐の味噌汁 煮魚(白身魚) 煮びたし(キャベツ もやし)	りんごの 甘煮	豚そぼろ雑炊 牛乳 果物 (豚ひき肉 人参 大根 長ねぎ)
3・17・31	土	軟飯 もやしのスープ 煮魚(白身魚) かぼちゃの甘煮(かぼちゃ)	スティック チーズ	野菜雑炊 牛乳 (人参 玉ねぎ かぼちゃ)
5・19	月	軟飯 大根の味噌汁 肉じゃが(豚ひき 人参 玉ねぎ じゃがいも)	魚の 竜田揚げ	おかか雑炊 牛乳 果物 (人参 大根 長ねぎ)
6・20	火	軟飯 えのきともやしの野菜スープ 煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参 玉ねぎ)	茹で ブロッコリー	味噌雑炊 牛乳 果物 (人参 大根 長ねぎ かじき)
7	水	軟飯 玉ねぎと人参の味噌汁 煮魚(白身魚) 煮物(さつまいも 人参)	ウィンナー ソテー	洋風雑炊 牛乳 果物 (人参 玉ねぎ ピーマン 生鮭)
8・29	木	軟飯 中華風コーンスープ 豆腐と野菜の煮物(豆腐 人参 玉ねぎ)	煮魚 (かじき)	鶏そぼろ雑炊 牛乳 果物 (鶏ひき肉 人参 大根 長ねぎ)
2・23	金	軟飯 さつまいもと人参の味噌汁 煮魚(たら) 煮びたし(ブロッコリー)	煮豆	かじき雑炊 牛乳 果物 (人参 大根 長ねぎ かじき)
10・24	土	軟飯 大根と人参の味噌汁 豚ひき肉と野菜の煮物(豚ひき 玉ねぎ 人参)	煮魚 (おひょう)	野菜雑炊 牛乳 (大根 人参 キャベツ)
12・26	月	軟飯 大根と油揚げの味噌汁 煮魚(白身魚) 煮びたし(小松菜 人参)	マカロニの ケチャップ煮	さつまいも雑炊 牛乳 果物 (さつまいも 人参 大根 長ねぎ)
13・27	火	軟飯 キャベツと玉ねぎのスープ 豆腐と野菜の煮物(豆腐 人参 玉ねぎ キャベツ)	ブロッコリー ソテー	しらす雑炊 牛乳 果物 (大根 人参 長ねぎ しらす)
14・28	水	軟飯 玉ねぎと人参の味噌汁 煮魚(白身魚) 野菜の煮物(大根 人参)	人参の 甘煮	たら雑炊 牛乳 果物 (人参 玉ねぎ 長ねぎ たら)
22	木	軟飯 野菜スープ 鶏ひき肉と野菜の煮物(鶏ひき 人参 玉ねぎ)	マッシュポテト	じゃが芋のトマト煮 牛乳 果物 (じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト 生鮭)
9	金	軟飯 春雨スープ 魚のホイル蒸し(白身魚 人参 玉ねぎ ピーマン)	かぼちゃの 甘煮	野菜雑炊 牛乳 果物 (大根 人参 キャベツ 玉ねぎ)

・都合によりメニュー・材料が変更になる場合があります。