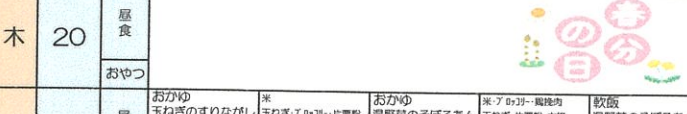

2025年3月

# 予定献立表・離乳食

ハッピーちゃいるど保育園

| 目安月 | | | 初期<br>5・6カ月頃 | | 中期<br>7・8カ月頃 | | 後期<br>9~11カ月頃 | | 完了期<br>12~18カ月頃 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 土 | 1 | 昼食 | おかゆ<br>大根のすりながし<br>胡瓜のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>大根・玉ねぎ・片栗粉<br>胡瓜・人参<br>南瓜 | おかゆ<br>大根のそぼろあん<br>胡瓜のやわらか浸し<br>スープ<br>ミルク | 米・大根・鶏挽肉・玉ねぎ<br>片栗粉・胡瓜・人参<br>南瓜 | 軟飯<br>大根のそぼろあん<br>胡瓜のやわらか浸し<br>味噌汁 | 米・大根・鶏挽肉・玉ねぎ<br>片栗粉・胡瓜・人参<br>南瓜・味噌 | ごはん<br>大根と鶏肉の照り煮<br>白和え風サラダ<br>味噌汁 | 米・大根・しめじ・鶏肉<br>玉ねぎ・ごま油・片栗粉<br>いんげん・豆腐・ﾏﾖﾈｰｽﾞ<br>人参・胡瓜・南瓜・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | アップルゼリー<br>ミルク | アガー・りんごジュース | アップルゼリー<br>牛乳 | アガー・りんごジュース |
| 月 | 3<br>雛祭り | 昼食 | おかゆ<br>豆腐のすりながし<br>玉ねぎのすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>豆腐・胡瓜<br>玉ねぎ・人参<br>大根 | おかゆ<br>豆腐のあんかけ<br>コロコロ野菜煮<br>菜の花スープ<br>ミルク | 米・豆腐・鶏挽肉・玉ねぎ<br>人参・片栗粉・胡瓜<br>菜の花・大根・お麩 | 鮭の混ぜ軟飯<br>カラフル豆腐バーグ<br>フルーツ<br>菜の花汁 | 米・さけフレーク・コーン<br>胡瓜・人参・豆腐・鶏挽肉<br>玉ねぎ・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・片栗粉<br>オレンジ・菜の花・大根<br>お麩 | 雛祭鮭の混ぜご飯<br>カラフル豆腐バーグ<br>フルーツ<br>菜の花汁 | 米・さけフレーク・コーン<br>胡瓜・人参・豆腐・鶏挽肉<br>玉ねぎ・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・片栗粉<br>オレンジ・菜の花・大根<br>お麩 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | キャロットケーキ<br>ミルク | ホットケーキミックス<br>人参・マーガリン | キャロットケーキ<br>●りんごジュース | ホットケーキミックス<br>人参・マーガリン |
| 火 | 4 | 昼食 | くたくたにゅうめん<br>南瓜の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | そうめん・玉ねぎ・人参<br>片栗粉・南瓜・白菜 | にゅうめん<br>野菜のやわらか煮<br>スープ<br>ミルク | そうめん・鶏挽肉・玉ねぎ<br>人参・片栗粉・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>南瓜・白菜 | にゅうめん<br>野菜のやわらか煮<br>フルーツ<br>スープ | そうめん・鶏挽肉・玉ねぎ<br>人参・片栗粉・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>南瓜・バナナ・白菜 | ﾐｰﾄｿｰｽｽﾊﾟｹﾞﾃｨ<br>ごまﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞｻﾗﾀﾞ<br>フルーツ<br>スープ | ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ・鶏挽肉・玉ねぎ<br>ﾄﾏﾄ缶・ｹﾁｬｯﾌﾟ・ｳｽﾀｰｿｰｽ<br>ﾊﾟｾﾘ粉・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・人参<br>南瓜・酢・ごま・バナナ<br>白菜 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | しらす軟飯<br>ミルク | 米・しらす・人参 | しらすおにぎり<br>牛乳 | 米・しらす・人参 |
| 水 | 5 | 昼食 | おかゆ<br>豆腐のすりながし<br>大根のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>豆腐・玉ねぎ・片栗粉<br>大根・人参<br>きゃべつ・ほうれん草 | おかゆ<br>豆腐のそぼろあん<br>人参のやわらか煮<br>スープ<br>ミルク | 米・豆腐・鶏挽肉<br>片栗粉・人参・ツナ缶<br>きゃべつ・ほうれん草 | 軟飯<br>豆腐のそぼろあん<br>人参のやわらか煮<br>味噌汁 | 米・豆腐・鶏挽肉<br>片栗粉・人参・ツナ缶<br>きゃべつ・ほうれん草<br>味噌 | カルシウムご飯<br>豚肉の生姜焼き<br>にんじんしりしり<br>味噌汁 | 米・豆腐・大根・しらす<br>豚肉・玉ねぎ・生姜汁<br>トマト・人参・もやし<br>ツナ缶・きゃべつ<br>ほうれん草・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | マカロニきなこ<br>ミルク | マカロニ・きな粉 | マカロニきなこ<br>牛乳 | マカロニ・きな粉 |
| 木 | 6 | 昼食 | おかゆ<br>じゃが芋の煮つぶし<br>大根のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>じゃが芋<br>大根・人参・片栗粉<br>玉ねぎ | おかゆ<br>じゃが芋そぼろ煮<br>大根の煮物<br>スープ<br>ミルク | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>きゃべつ・玉ねぎ<br>片栗粉・大根・人参<br>若芽 | 軟飯<br>じゃが芋そぼろ煮<br>大根の煮物<br>味噌汁 | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>きゃべつ・玉ねぎ<br>片栗粉・大根・人参<br>若芽・味噌 | ごはん<br>コロッケ<br>切干大根の煮物<br>味噌汁 | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・小麦粉・パン粉<br>きゃべつ・ｳｽﾀｰｿｰｽ<br>切干大根・人参・いんげん<br>若芽・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | ケチャップ軟飯<br>ミルク | 米・ツナ缶・玉ねぎ<br>人参・ケチャップ・パセリ粉 | ケチャップご飯<br>牛乳 | 米・ツナ缶・玉ねぎ<br>人参・ケチャップ・パセリ粉 |
| 金 | 7 | 昼食 | おかゆ<br>白身魚のすりながし<br>南瓜の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>たら・人参・片栗粉<br>南瓜<br>白菜 | おかゆ<br>白身魚の野菜あん<br>南瓜のやわらか煮<br>スープ<br>ミルク | 米・たら・玉ねぎ・人参<br>片栗粉・南瓜・白菜<br>若芽 | 軟飯<br>白身魚の野菜あん<br>南瓜のやわらか煮<br>スープ | 米・たら・玉ねぎ・人参<br>片栗粉・南瓜・白菜<br>若芽 | ごはん<br>白身魚の野菜甘酢あん<br>かぼちゃサラダ<br>スープ | 米・たら・小麦粉・玉ねぎ<br>人参・ﾋﾟｰﾏﾝ・ｹﾁｬｯﾌﾟ・酢<br>片栗粉・南瓜・胡瓜・味噌<br>ﾏﾖﾈｰｽﾞ・白菜・若芽 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | バナナヨーグルト<br>ミルク | ヨーグルト・バナナ | バナナヨーグルト<br>牛乳 | ヨーグルト・バナナ |
| 土 | 8 | 昼食 | おかゆ<br>きゃべつのすりながし<br>さつま芋の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>きゃべつ・人参・片栗粉<br>さつま芋<br>大根・ほうれん草 | おかゆ<br>きゃべつのそぼろ煮<br>さつま芋やわらか煮<br>スープ<br>ミルク | 米・きゃべつ・鶏挽肉<br>玉ねぎ・人参・片栗粉<br>さつま芋・ほうれん草<br>大根 | 軟飯<br>きゃべつのそぼろ煮<br>さつま芋やわらか煮<br>味噌汁 | 米・きゃべつ・鶏挽肉<br>玉ねぎ・人参・片栗粉<br>さつま芋・ほうれん草<br>大根・味噌 | ごはん<br>プルコギ風炒め<br>さつま芋甘煮<br>味噌汁 | 米・豚肉・生姜汁・人参<br>きゃべつ・玉ねぎ・もやし<br>ﾋﾟｰﾏﾝ・ごま油・味噌<br>ごま・さつま芋・大根<br>ほうれん草・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | アップルポンチ<br>ミルク | バナナ・りんごジュース | アップルポンチ<br>牛乳 | バナナ・りんごジュース |
| 月 | 10 | 昼食 | おかゆ<br>きゃべつのすりながし<br>さつま芋の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>きゃべつ・玉ねぎ・片栗粉<br>さつま芋<br>ほうれん草 | おかゆ<br>白身魚の照り煮<br>コロコロ野菜煮<br>スープ<br>ミルク | 米・ﾒﾙﾙｰｻ・きゃべつ・玉ねぎ<br>片栗粉・さつま芋・人参<br>胡瓜・ほうれん草 | 軟飯<br>白身魚の照り煮<br>コロコロ野菜煮<br>すまし汁 | 米・ﾒﾙﾙｰｻ・きゃべつ・玉ねぎ<br>片栗粉・さつま芋・人参<br>胡瓜・ほうれん草 | ごはん<br>白身魚のちゃんちゃん焼<br>さつま芋サラダ<br>すまし汁 | 米・ﾒﾙﾙｰｻ・きゃべつ・玉ねぎ<br>ﾋﾟｰﾏﾝ・味噌・人参・胡瓜<br>さつま芋・マヨネーズ<br>ほうれん草 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | ジャムサンド<br>ミルク | 食パン・いちごジャム | ジャムサンド<br>牛乳 | 食パン・いちごジャム |
| 火 | 11 | 昼食 | おかゆ<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのすりながし<br>じゃが芋の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・人参・片栗粉<br>じゃが芋<br>玉ねぎ | おかゆ<br>温野菜のそぼろあん<br>コロコロ野菜煮<br>スープ<br>ミルク | 米・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・鶏挽肉<br>玉ねぎ・片栗粉・じゃが芋<br>人参・コーン | 軟飯<br>温野菜のそぼろあん<br>コロコロ野菜煮<br>スープ | 米・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・鶏挽肉<br>玉ねぎ・片栗粉・じゃが芋<br>人参・コーン | ごはん<br>鶏のから揚げ<br>ポテトサラダ<br>スープ | 米・鶏肉・しょうが汁<br>小麦粉・片栗粉・トマト<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・じゃが芋・胡瓜<br>人参・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・コーン |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | 煮りんごヨーグルトがけ<br>ミルク | りんご・レモン汁<br>ヨーグルト | 煮りんごヨーグルトがけ<br>牛乳 | りんご・レモン汁<br>ヨーグルト |
| 水 | 12 | 昼食 | おかゆ<br>じゃが芋の煮つぶし<br>きゃべつのすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>じゃが芋・人参<br>きゃべつ・胡瓜・片栗粉<br>玉ねぎ | おかゆ<br>じゃが芋そぼろあん<br>きゃべつのやわらか浸し<br>スープ<br>ミルク | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・人参・片栗粉<br>きゃべつ・胡瓜 | 軟飯<br>じゃが芋そぼろあん<br>きゃべつのやわらか浸し<br>スープ | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・人参・片栗粉<br>きゃべつ・胡瓜 | ごはん<br>具沢山シチュー<br>コールスローサラダ<br>フルーツ | 米・鶏挽肉・人参・じゃが芋<br>玉ねぎ・しめじ・ｼﾁｭｰﾙｳ<br>ﾊﾟｾﾘ粉・きゃべつ・胡瓜<br>コーン・酢・オレンジ |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | バナナスクエア<br>ミルク | ホットケーキミックス<br>豆乳・バナナ・レモン汁 | バナナスクエア<br>牛乳 | ホットケーキミックス<br>豆乳・バナナ・レモン汁 |
| 木 | 13 | 昼食 | おかゆ<br>南瓜の煮つぶし<br>大根のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>南瓜<br>大根・人参・片栗粉<br>ほうれん草 | おかゆ<br>南瓜のそぼろ煮<br>大根と高野豆腐煮<br>スープ<br>ミルク | 米・南瓜・鶏挽肉・玉ねぎ<br>大根・人参・高野豆腐<br>いんげん・ほうれん草<br>若芽 | 軟飯<br>南瓜のそぼろ煮<br>大根と高野豆腐煮<br>味噌汁 | 米・南瓜・鶏挽肉・玉ねぎ<br>大根・人参・高野豆腐<br>いんげん・ほうれん草<br>若芽・味噌 | ごはん<br>鶏のオニオンソース<br>大根と高野豆腐煮<br>味噌汁 | 米・鶏肉・小麦粉・玉ねぎ<br>酢・南瓜・大根・人参<br>高野豆腐・いんげん<br>ほうれん草・若芽・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | ココアクッキー<br>ミルク | 小麦粉・ココア<br>マーガリン | ココアクッキー<br>牛乳 | 小麦粉・ココア<br>マーガリン |
| 金 | 14<br>お別れ会 | 昼食 | おかゆ<br>じゃが芋の煮つぶし<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>じゃが芋<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・人参・片栗粉<br>ほうれん草 | おかゆ<br>じゃが芋そぼろ煮<br>やわらか浸し<br>スープ<br>ミルク | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・人参・片栗粉<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ほうれん草 | 軟飯<br>じゃが芋そぼろ煮<br>やわらか浸し<br>スープ | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・人参・片栗粉<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ほうれん草 | ポークカレー<br>温野菜とｺｰﾝサラダ<br>フルーツ<br>スープ | 米・豚肉・じゃが芋・人参<br>玉ねぎ・カレールウ<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・コーン<br>マヨネーズ・オレンジ<br>ほうれん草 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | わかめ軟飯<br>ミルク | 米・若芽 | わかめおにぎり<br>牛乳 | 米・若芽 |
| 土 | 15 | 昼食 | おかゆ<br>人参のすりながし<br>南瓜の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>人参・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・片栗粉<br>南瓜<br>きゃべつ・玉ねぎ | おかゆ<br>温野菜のそぼろあん<br>南瓜とひじき煮<br>スープ<br>ミルク | 米・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・鶏挽肉<br>玉ねぎ・トマト・片栗粉<br>南瓜・人参・ひじき<br>きゃべつ | 軟飯<br>温野菜のそぼろあん<br>南瓜とひじき煮<br>味噌汁 | 米・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・鶏挽肉<br>玉ねぎ・トマト・片栗粉<br>南瓜・人参・ひじき<br>きゃべつ・味噌 | ごはん<br>鶏肉のﾏﾖﾈｰｽﾞ焼<br>南瓜とひじき煮<br>味噌汁 | 米・鶏肉・小麦粉・ﾏﾖﾈｰｽﾞ<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・トマト・南瓜<br>人参・ひじき・きゃべつ<br>玉ねぎ・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | グレープゼリー<br>ミルク | アガー・グレープジュース | グレープゼリー<br>牛乳 | アガー・グレープジュース |
| 月 | 17 | 昼食 | おかゆ<br>白身魚のすりながし<br>白菜のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>たら・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・片栗粉<br>白菜・人参<br>きゃべつ | おかゆ<br>白身魚のうすくず煮<br>白菜のやわらか浸し<br>スープ<br>ミルク | 米・たら・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・片栗粉<br>白菜・人参・きゃべつ | 軟飯<br>白身魚のうすくず煮<br>白菜のやわらか浸し<br>スープ | 米・たら・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・片栗粉<br>白菜・人参・きゃべつ | ごはん<br>白身魚のｸﾘｰﾑｺｰﾝ焼<br>白菜サラダ<br>スープ | 米・たら・小麦粉・ｸﾘｰﾑｺｰﾝ<br>ﾏﾖﾈｰｽﾞ・ﾊﾟｾﾘ粉・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>白菜・人参・胡瓜・酢<br>きゃべつ |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | ◆お楽しみおやつ<br>ミルク | | ◆お楽しみおやつ<br>牛乳 | |
| 火 | 18 | 昼食 | 人参粥<br>大根のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米・人参・玉ねぎ<br>大根・胡瓜・片栗粉<br>ブロッコリー | そぼろ粥<br>コロコロ野菜煮<br>スープ<br>ミルク | 米・鶏挽肉・玉ねぎ<br>人参・大根・胡瓜<br>片栗粉・ブロッコリー | そぼろ軟飯<br>コロコロ野菜煮<br>フルーツ<br>スープ | 米・鶏挽肉・玉ねぎ<br>人参・大根・胡瓜<br>片栗粉・ブロッコリー<br>バナナ | ﾐｰﾄｿｰｽごはん<br>野菜スティック<br>フルーツ<br>スープ | 米・鶏挽肉・玉ねぎ<br>人参・ﾄﾏﾄ缶・ｹﾁｬｯﾌﾟ<br>ｳｽﾀｰｿｰｽ・ﾊﾟｾﾘ粉・大根<br>胡瓜・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・バナナ<br>ブロッコリー |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | お麩ラスク<br>ミルク | お麩・マーガリン | お麩ラスク<br>牛乳 | お麩・マーガリン |
| 水 | 19 | 昼食 | 煮込みうどん<br>じゃが芋の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | うどん・玉ねぎ・きゃべつ<br>人参・片栗粉・じゃが芋<br>豆腐・ほうれん草 | 煮込みうどん<br>じゃが芋のやわらか煮<br>豆腐スープ<br>ミルク | うどん・鶏挽肉・玉ねぎ<br>きゃべつ・人参・片栗粉<br>じゃが芋・いんげん<br>豆腐・ほうれん草 | 軟飯<br>じゃが芋のやわらか煮<br>フルーツ<br>豆腐スープ | うどん・鶏挽肉・玉ねぎ<br>きゃべつ・人参・片栗粉<br>じゃが芋・いんげん<br>豆腐・ほうれん草<br>バナナ | 焼きうどん<br>じゃが芋のきんぴら<br>フルーツ<br>豆腐スープ | うどん・豚肉・玉ねぎ<br>きゃべつ・人参・青のり<br>じゃが芋・いんげん<br>豆腐・ほうれん草<br>バナナ |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | さけ雑炊<br>ミルク | 米・サケフレーク | 鮭おにぎり<br>牛乳 | 米・サケフレーク |
| 木 | 20 | 昼食 | 春分の日 | | | | | | | |
| | | おやつ | | | | | | | | |
| 金 | 21 | 昼食 | おかゆ<br>玉ねぎのすりながし<br>さつま芋の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>玉ねぎ・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・片栗粉<br>さつま芋<br>豆腐 | おかゆ<br>温野菜のそぼろあん<br>さつま芋のやわらか煮<br>スープ<br>ミルク | 米・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・鶏挽肉<br>玉ねぎ・片栗粉・大根<br>さつま芋・豆腐・長ねぎ | 軟飯<br>温野菜のそぼろあん<br>さつま芋のやわらか煮<br>味噌汁 | 米・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・鶏挽肉<br>玉ねぎ・片栗粉・大根<br>さつま芋・豆腐・長ねぎ<br>味噌 | 人参コーンごはん<br>照焼きチキン<br>さつま芋の煮物<br>味噌汁 | 米・人参・コーン<br>鶏肉・小麦粉・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>トマト・さつま芋<br>豆腐・長ねぎ・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | ホットケーキ<br>ミルク | ホットケーキミックス<br>豆乳・マーガリン | ホットケーキ<br>牛乳 | ホットケーキミックス<br>豆乳・マーガリン |
| 土 | 22 | 昼食 | おかゆ<br>豆腐のすりながし<br>胡瓜のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>豆腐・ほうれん草<br>胡瓜・人参・片栗粉<br>玉ねぎ | おかゆ<br>豆腐のそぼろあん<br>やわらかナムル<br>スープ<br>ミルク | 米・豆腐・鶏挽肉・玉ねぎ<br>人参・ほうれん草・片栗粉<br>もやし・胡瓜・若芽 | 軟飯<br>豆腐のそぼろあん<br>やわらかナムル<br>味噌汁 | 米・豆腐・鶏挽肉・玉ねぎ<br>人参・ほうれん草・片栗粉<br>もやし・胡瓜・若芽<br>味噌 | ごはん<br>肉豆腐<br>胡瓜のナムル<br>味噌汁 | 米・豆腐・豚肉・玉ねぎ<br>人参・ほうれん草・片栗粉<br>もやし・胡瓜・酢・ごま<br>ごま油・若芽・長ねぎ<br>味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | アップルゼリー<br>ミルク | アガー・りんごジュース | アップルゼリー<br>牛乳 | アガー・りんごジュース |
| 月 | 24 | 昼食 | おかゆ<br>じゃが芋の煮つぶし<br>きゃべつのすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>じゃが芋・人参<br>きゃべつ・胡瓜・片栗粉<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ | おかゆ<br>じゃが芋そぼろ煮<br>きゃべつのやわらか浸し<br>スープ<br>ミルク | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・人参・片栗粉<br>きゃべつ・胡瓜・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>トマト | 軟飯<br>じゃが芋そぼろ煮<br>きゃべつのやわらか浸し<br>スープ | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・人参・片栗粉<br>きゃべつ・胡瓜・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>トマト | 豚挽肉と野菜カレー<br>さわやか漬け<br>フルーツ<br>スープ | 米・豚挽肉・玉ねぎ<br>人参・じゃが芋・ｶﾚｰﾙｳ<br>きゃべつ・胡瓜・酢<br>レモン汁・バナナ<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・トマト |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | キャロットゼリー<br>ミルク | 人参・りんごジュース<br>レモン汁・粉寒天 | キャロットゼリー<br>牛乳 | 人参・りんごジュース<br>レモン汁・粉寒天 |
| 火 | 25 | 昼食 | おかゆ<br>白身魚のすりながし<br>白菜のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>たら・人参・片栗粉<br>白菜・胡瓜<br>ほうれん草 | おかゆ<br>白身魚の照り煮<br>やわらか浸し<br>スープ<br>ミルク | 米・たら・人参<br>白菜・胡瓜・片栗粉<br>ほうれん草・お麩 | おかゆ<br>白身魚の照り煮<br>やわらか浸し<br>すまし汁 | 米・たら・人参<br>白菜・胡瓜・片栗粉<br>ほうれん草・お麩 | ごはん<br>白身魚のカラフル焼<br>白菜味噌和え<br>すまし汁 | 米・たら・コーン・人参<br>ピーマン・マヨネーズ<br>白菜・胡瓜・味噌<br>ほうれん草・お麩 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | フレンチトースト<br>ミルク | 食パン・豆乳<br>マーガリン | 和風チキンライス<br>牛乳 | 食パン・豆乳<br>マーガリン |
| 水 | 26 | 昼食 | おかゆ<br>じゃが芋の煮つぶし<br>きゃべつのすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>じゃが芋・人参<br>きゃべつ・胡瓜・片栗粉<br>白菜・玉ねぎ | おかゆ<br>じゃが芋そぼろ煮<br>きゃべつのやわらか浸し<br>スープ<br>ミルク | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>人参・玉ねぎ・片栗粉<br>きゃべつ・胡瓜<br>白菜 | おかゆ<br>じゃが芋そぼろ煮<br>きゃべつのやわらか浸し<br>味噌汁 | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>人参・玉ねぎ・片栗粉<br>きゃべつ・胡瓜<br>白菜・味噌 | ごはん<br>鶏肉のクリームソース<br>きゃべつのツナ和え<br>味噌汁 | 米・鶏肉・小麦粉・玉ねぎ<br>人参・マーガリン・豆乳<br>ﾊﾟｾﾘ粉・じゃが芋・ツナ缶<br>きゃべつ・胡瓜・ﾏﾖﾈｰｽﾞ<br>白菜・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | やわらかみそおやき<br>ミルク | 米・味噌 | みそおやき<br>牛乳 | 米・味噌 |
| 木 | 27 | 昼食 | おかゆ<br>じゃが芋の煮つぶし<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>じゃが芋・人参<br>ブロッコリー・片栗粉<br>大根 | おかゆ<br>そぼろ肉じゃが<br>花野菜のやわらか煮<br>スープ<br>ミルク | 米・鶏挽肉・玉ねぎ・人参<br>じゃが芋・ブロッコリー<br>胡瓜・片栗粉・大根 | おかゆ<br>そぼろ肉じゃが<br>花野菜のやわらか煮<br>スープ | 米・鶏挽肉・玉ねぎ・人参<br>じゃが芋・ブロッコリー<br>胡瓜・片栗粉・大根 | ごはん<br>ポテトと豚挽肉のトマト煮<br>花野菜サラダ<br>スープ | 米・豚挽肉・玉ねぎ・しめじ<br>じゃが芋・トマト缶<br>ｹﾁｬｯﾌﾟ・ﾊﾟｾﾘ粉・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>人参・胡瓜・酢・ごま<br>大根 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | アップルスクエア<br>ミルク | ホットケーキミックス<br>豆乳・りんご | アップルスクエア<br>牛乳 | ホットケーキミックス<br>豆乳・りんご |
| 金 | 28 | 昼食 | おかゆ<br>豆腐のすりながし<br>ほうれん草のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>豆腐・片栗粉<br>ほうれん草・人参<br>白菜・玉ねぎ | おかゆ<br>そぼろ豆腐<br>三色やわらか浸し<br>スープ<br>ミルク | 米・豆腐・鶏挽肉・いんげん<br>長ねぎ・片栗粉・もやし<br>ほうれん草・白菜・玉ねぎ | おかゆ<br>そぼろ豆腐<br>三色やわらか浸し<br>スープ | 米・豆腐・鶏挽肉・いんげん<br>長ねぎ・片栗粉・もやし<br>ほうれん草・白菜・玉ねぎ | ごはん<br>麻婆豆腐<br>ほうれん草ナムル<br>スープ | 米・豆腐・豚挽肉・長ねぎ<br>いんげん・味噌・片栗粉<br>もやし・ほうれん草<br>人参・ごま・白菜・玉ねぎ |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | 菜めし軟飯<br>ミルク | 米・菜めし | 菜めしおにぎり<br>牛乳 | 米・菜めし |
| 土 | 29 | 昼食 | おかゆ<br>じゃが芋の煮つぶし<br>大根のすりながし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>じゃが芋・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>大根・人参・片栗粉<br>白菜・豆腐 | おかゆ<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>大根の煮物<br>スープ<br>ミルク | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・片栗粉・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>大根・人参・白菜・豆腐 | 軟飯<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>大根の煮物<br>味噌汁 | 米・じゃが芋・鶏挽肉<br>玉ねぎ・片栗粉・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ<br>大根・人参・白菜・豆腐<br>味噌 | ごはん<br>鶏肉のマーマレード煮<br>だいこん甘辛炒め<br>味噌汁 | 米・鶏肉・片栗粉・玉ねぎ<br>じゃが芋・マーマレード<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・大根・人参<br>いんげん・白菜・豆腐<br>味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | アップルポンチ<br>ミルク | バナナ・リンゴジュース | アップルポンチ<br>牛乳 | バナナ・リンゴジュース |
| 月 | 31 | 昼食 | おかゆ<br>胡瓜のすりながし<br>南瓜の煮つぶし<br>スープ<br>ミルク | 米<br>胡瓜・片栗粉<br>南瓜<br>じゃが芋・玉ねぎ | おかゆ<br>白身魚のトマト煮<br>南瓜のやわらか煮<br>スープ<br>ミルク | 米・ﾒﾙﾙｰｻ・玉ねぎ・トマト<br>片栗粉・南瓜・人参<br>じゃが芋・玉ねぎ | 軟飯<br>白身魚のトマト煮<br>南瓜のやわらか煮<br>味噌汁 | 米・ﾒﾙﾙｰｻ・玉ねぎ・トマト<br>片栗粉・南瓜・人参<br>じゃが芋・玉ねぎ<br>味噌 | ごはん<br>白身魚のステーキソース<br>南瓜のｵｰﾛﾗｿｰｽ<br>味噌汁 | 米・ﾒﾙﾙｰｻ・小麦粉・玉ねぎ<br>酢・トマト・南瓜・胡瓜<br>人参・ｹﾁｬｯﾌﾟ・ﾏﾖﾈｰｽﾞ<br>じゃが芋・味噌 |
| | | おやつ | ミルク | | ミルク | | そぼろ軟飯<br>ミルク | 米・鶏挽肉・人参 | そぼろおにぎり<br>牛乳 | 米・鶏挽肉・人参 |

まだ寒い日もありますが、陽ざしがポカポカと暖かい日や花のつぼみが膨らむ様子から、少しずつ春の足音が聞こえます。春はもうすぐですね！ 1年を振り返ると様々なことが思い出されます。お子さんはできることが増えて、体だけでなく心も大きく成長されたことと思います。ぜひ、1年の頑張りを褒めてあげてくださいね！

**3月の給食は、子どもたちに人気のメニューを多く取り入れました。全部食べることができた!という自信を持って、卒園、進級してほしいからです。給食を通して子どもたちの笑顔や姿、成長ぶりにたくさんの元気をもらいました。これからも食とともに健やかにすくすく成長してほしいと思います。1年間ありがとうございました。**

●マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。
●ホットケーキミックス・カレールウとシチュールウは卵・乳製品不使用のものを使用しております。
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと食塩を使用しています。
■りんごは、離乳完了期までは加熱したものを提供しています。
※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。

株式会社　セプト