

## 令和 7 年 3 月離乳食献立表 後期食

日付	曜	後期 午前食	後期 午後食
1	15/29 土	①3倍粥 ②じゃが芋のスープ ③鶏ささみと南瓜炒め煮 ④もやしとほうれん草の和えもの	①3倍粥 ②白菜のみそ汁 ③カレイの青のり焼き ④キャベツと人参の炒め煮
3	17/31 月	①3倍粥 ②大根のみそ汁 ③豆腐の青のり和え④しらすと南瓜の炒め煮	煮込みうどん（キャベツ・人参） ③たらと小松菜の炒め煮 ④さつま芋のきなこ和え
4	18 火	①3倍粥 ②じゃが芋のスープ ③豚ひきと肉と人参煮④キャベツともやし和え	①3倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③鮭とほうれん草の炒めあんかけ ④南瓜のお焼き
5	19 水	①あんかけスパゲティ（玉ねぎ・人参） ③しらすと小松菜煮 ④じゃが芋の炒め煮	①3倍粥 ②南瓜のスープ ③鶏ささ身と青のり炒め煮 ④キャベツと人参の和え物
6	木	①3倍粥 ②白菜のスープ ③豆腐とほうれん草の炒め煮④ひじきと南瓜煮	①3倍粥 ②小松菜のスープ ③カレイと人参の炒め煮 ④じゃが芋のお焼き
7	21 金	①3倍粥 ②ほうれん草のみそ汁 ③鮭のきなこ焼き ④人参とさつま芋の炒め煮	①3倍粥 ②豆腐のスープ ③鶏ささみときゅうりの炒め煮 ④もやしと人参の和えもの
8	22 土	①3倍粥 ②キャベツのスープ ③豆腐とひじき炒め煮④じゃが芋と人参煮	①あんかけスパゲティ（ほうれん草・大根） ③たらのみそ焼き ④南瓜と玉ねぎの炒め煮
10	24 月	①3倍粥 ②小松菜のみそ汁 ③カレイと玉ねぎ煮 ④大根と人参の和え物	①3倍粥 ②もやしのスープ ③豚ひき肉とほうれん草煮 ④南瓜のお焼き
11	25 火	①3倍粥 ②人参のスープ ③鶏ささ身の青のり焼き ④じゃが芋のお焼き	①3倍粥 ②豆腐のみそ汁 ③小松菜としらす炒め煮 ④もやしと人参の和え物
12	26 水	①あんかけスパゲティ（小松菜・白菜） ③たらとじゃが芋の炒め煮 ④きゅうりと人参の和え物	①3倍粥 ②大根のみそ汁 ③豚ひき肉と南瓜煮 ④ほうれん草と玉ねぎの炒め煮
13	27 木	①3倍粥 ②さつま芋のスープ ③カレイのきなこ焼き ④人参とほうれん草煮	①3倍粥 ②キャベツのみそ汁 ③豆腐と小松菜の炒め煮 ④南瓜のおやき
14	28 金	①3倍粥 ②もやしのみそ汁 ③しらすと南瓜炒め煮④玉ねぎと小松菜煮	①3倍粥 ②豆腐のスープ ③大根の鶏そぼろあん ④白菜と人参炒め煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります



令和6年3月 完了食献立表



日付	曜	午前おやつ	午前食	午後食	主な材料		
					熱や力に なるもの	血や肉に なるもの	体の調子を 整えるもの
1	15/29 土	⑥牛乳	①けんちんうどん ④さつま芋サラダ ⑤フルーツ	①かやくおにぎり ⑥牛乳	うどん・さつま芋 エッグクア 米	豚肉・豆腐 鶏肉 牛乳	大根・人参 いんげん・コーン みつば・しいたけ
/	17/31 月	①星パフ	①軟飯 ②みそ汁(白菜・あさつき) ③スタミナ焼き ④粉ふぎ芋 ⑤フルーツ	①フルーツゼリー ⑥牛乳	米・油 じゃが芋 イナアガー	豚肉 みそ 牛乳	白菜・あさつき 人参・玉ねぎ・にら にんにく・しょうが・あおさ 白桃缶・みかん缶
	4 18 火	⑥干し芋	①軟飯 ②みそ汁(チンゲン菜・もやし) ③肉じゃが ④野菜の海苔和え ⑤フルーツ	①お昼のきなこラスク ⑥牛乳	米・油・しらたき 麩・じゃが芋 バター	豚肉 きなこ・みそ 牛乳	チンゲン菜・もやし 玉ねぎ・人参 ブロッコリー
5 19 水	①ミレービスケット	①かしわうどん ④南瓜のチーズ焼き ⑤フルーツ	①じゃこチャーハン ⑥牛乳	うどん・油 ごま油 米	鶏肉 油揚げ じゃこ・チーズ 牛乳・ツナ	長ねぎ・ほうれん草 南瓜 人参・玉葱	
6 /	木	⑥ベビースティック	①ジャムサンド ②オーロラシチュー ③大豆とウィンナーのソテー ⑤フルーツ	①ケチャップライス ⑥牛乳	食パン・イチゴジャム 油・じゃが芋	鶏肉 シチューの素 大豆・ウィンナー 牛乳・豆乳	人参・玉ねぎ ほうれん草・もやし ピーマン グリーンピース
		⑥ベビースティック	①軟飯 ②みそ汁(玉ねぎ・わかめ) ③カレイの磯辺焼き ④キャベツと鶏のソテー ⑤フルーツ	①クッキー ⑥牛乳	米 油 小麦粉 バター	カレイ みそ 牛乳	人参・玉ねぎ ほうれん草・もやし ピーマン グリーンピース
8 22 土	⑥牛乳	①チャンボンにゅうめん ④南瓜のソテー ⑤フルーツ	①カレーピラフ ⑥牛乳	そうめん 油・ごま油 米 カレー粉	豚肉 ウィンナー ツナ 牛乳	人参・キャベツ もやし・長ねぎ 南瓜・玉ねぎ ピーマン	
10 24 月	①星パフ	①軟飯 ②清汁(春雨・みつば) ③鶏のみそ焼き ④小松菜とコーンのナムル ⑤フルーツ	①あんマーガリンパン ⑥牛乳	米・油・食パン 春雨・ マーガリン	鶏肉 みそ あんこ 牛乳	みつば・小松菜 もやし・人参 コーン	
11 25 火	⑥干し芋	①菜飯軟飯 ②みそ汁(大根・しめじ) ③鯖の照り焼き ④キャベツソテー ⑤フルーツ	①フルーチェ ⑥りんごジュース	米 油 ごま油 フルーチェ	鯖・みそ 牛乳	大根・人参 しめじ・キャベツ 玉ねぎ・白桃缶	
12 26 水	①ミレービスケット	①しょうゆラーメン ④じゃが芋とアスパラ炒め ⑤フルーツ	①山菜おこわ ⑥牛乳	中華麺・油 じゃが芋・ゴマ油 米・もち米	豚肉 ウィンナー 牛乳	キャベツ・人参 長ねぎ・もやし 玉ねぎ・アスパラガス 山菜	
13 27 木	⑥ベビースティック	①軟飯 ②みそ汁(なめこ・みつば) ③豚肉の生姜焼き ④マカロニサラダ ⑤フルーツ	①桃ケーキ ⑥牛乳	米・油 マカロニ 米粉ミックス エッグクア	豚肉・みそ 豆乳 牛乳	なめこ・みつば・玉ねぎ もやし・人参・キャベツ しょうが・きゅうり 白桃缶	
/	28 金	⑥ベビースティック	①チキンカレー ②スープ(キャベツ・えのき) ④ブロッコリーのサラダ ⑤フルーツ	①大学芋 ⑥牛乳	米・カレーフレーク 油・さつま芋 ・じゃが芋	鶏肉 牛乳	キャベツ・えのき 玉ねぎ・人参 ブロッコリー きゅうり・コーン

★ ひなまつり・お楽しみ給食 ★

3	月	⑥ヨーグルト	①ひな祭りちらし寿司 ②清汁(春雨・みつば) ③松風焼き④ほうれん草のお浸し ⑤フルーツ	①フルーツポンチ ⑥牛乳	米・油 春雨・パン粉	卵 かつお節 鶏肉・豆乳 牛乳	みつば・蓮華・干し椎茸 ほうれん草・人参 もやし・鯖さや玉葱 白桃缶・みかん缶、伊豆
---	---	--------	---	-----------------	---------------	--------------------------	---

★ お別れ会 ★

14	金	⑥ベビースティック	①カレーライス②スープ(コーン・もやし) ③唐揚げ③ハンバーグ ④ポテトサラダ ⑤フルーツ	①いちごババロア ⑥牛乳	米・カレーフレーク 油・じゃが芋 小麦粉・バター エッグクア・ババロア	鶏肉・おハンバーグ ホイップクリーム・牛乳 豚肉 牛乳	玉ねぎ・人参 きゅうり・コーン もやし・いちご にんにく・しょうが
----	---	-----------	--	-----------------	--	--------------------------------------	--

★お別れ会は、らいおんぐみのリクエストメニューになります。

★材料の都合により献立を変更することがあります。

☆調理過程において、材料に記載のない調味料を使用する事があります(塩・醤油・砂糖・片栗粉・顆粒中華だし) 在園児のアレルギーに該当するものはありません。

☆献立表に記載されていない食材(園で収穫した野菜など)を急遽使用する可能性があります。使用する際は掲示などでお知らせいたします。