

3月離乳食献立表

みのり乳児保育園

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
1 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 大根・玉葱・白菜・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 大根の中華スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 大根・玉葱・白菜・葱・豆腐・中華だし・酒・塩・ごま
3 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 鶏のねぎ焼き 野菜の煮物 てまり麩のすまし汁	米 鶏もも肉・葱・醤油・酒・みりん 人参・キャベツ・醤油・砂糖 てまり麩・玉葱・えのき・わかめ・葱・醤油・塩
4 火	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・人参・醤油	米粥 サワラのごま焼き 野菜の煮物 スープ	米 サワラ・ごま・黒ごま・醤油・みりん 人参・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・人参・醤油
5 水	米粥 金時豆の煮物 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 玉葱・人参・胡瓜・醤油	米粥 金時豆煮 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・砂糖・醤油 人参・キャベツ・醤油・砂糖 玉葱・人参・胡瓜・醤油
6 木				
7 金	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・白菜・わかめ・醤油	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 なめこ汁	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 なめこ・玉葱・白菜・わかめ・葱・味噌
8 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・人参・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 具だくさん汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・葱・味噌
10 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 じゃが芋の味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 じゃが芋・人参・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌
11 火	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 わかめの味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・キャベツ・えのき・葱・味噌
12 水	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・人参・醤油	米粥 鶏の甘辛煮 野菜の煮物 えのきの味噌汁	米 鶏もも肉・生姜・砂糖・醤油・みりん・酒 人参・醤油・砂糖 えのき・玉葱・キャベツ・豆腐・葱・味噌
13 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 玉葱・じゃが芋・キャベツ・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 和風ポトフ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 鶏もも肉・玉葱・人参・じゃが芋・キャベツ・葱・豆乳バター・中華だし・醤油
14 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・わかめ・醤油	米粥 照り焼きハンバーグ 野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 合挽肉・玉葱・生姜・パン粉・塩・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
15 土	煮込みうどん じゃこ煮 野菜の煮物	うどん・玉葱・キャベツ・わかめ・醤油 しらす・醤油・砂糖 南瓜・醤油・砂糖	煮込みうどん じゃこ煮 野菜の煮物	うどん・玉葱・キャベツ・わかめ・醤油 しらす・醤油・砂糖 南瓜・醤油・砂糖

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
17 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油
18 火	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 さつま芋・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・人参・醤油	米粥 じゃこ煮 さつま芋の甘煮 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 さつま芋・砂糖・醤油 キャベツ・玉葱・人参・醤油
19 水	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 里芋・玉葱・わかめ・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 里芋の味噌汁	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 里芋・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
20 木				
21 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・じゃが芋・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・じゃが芋・醤油
22 土				
24 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・南瓜・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 麩の味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・南瓜・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
25 火	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 玉葱・人参・胡瓜・醤油	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 玉葱・人参・胡瓜・醤油
26 水	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・醤油・砂糖 大根・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 じゃが芋のおかか煮 大根の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・砂糖・醤油・かつお節 大根・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
27 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鮭のマヨチーズ焼き 野菜の煮物 南瓜の味噌汁	米 鮭・マヨネーズ・豆乳チーズ・パセリ粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱
28 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 キャベツ・人参・玉葱・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 えのきスープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 えのき・キャベツ・人参・玉葱・中華だし・塩
29 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 玉葱・大根・豆腐・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 しめじの味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 しめじ・玉葱・大根・豆腐・葱・味噌
31 月				

★献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。
 ★マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。
 ★今月は旬の食材としてキャベツ、ブロッコリー、玉葱などを取り入れています。
 ★調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。