

3月離乳食献立表

よつば陽明保育園

| 日付 | 完了期食 (12か月ごろ～) | |
|-------|--|----------------------|
| | 午前 | 午後 |
| 2(月) | ごはん 豚汁 鮭のみそマヨ焼き ツナひじき | ヨーグルトケーキ |
| 3(火) | 3色ごはん 手まり麩とかまぼこのすまし汁 天ぷら(さつまいもとちくわ) ほうれん草とコーンのサラダ ヤクルト | マシュマロおこし |
| 4(水) | ごはん えのきとねぎのみそ汁 てりやきハンバーグ スパゲティーサラダ | チーズトースト |
| 5(木) | 和風カレー丼 おふとおくらのみそ汁 きやべつのおかか和え | 手作り食パン (ぶるべりージャム) |
| 6(金) | けんちんうどん かぼちゃのゴマよごし ヨーグルト | ベビーチーズ しらすわかめおにぎり |
| 9(月) | ごはん にんじんとねぎのみそ汁 カレイの煮つけ わかめときゅうりの酢の物 | 手作り食パン |
| 10(火) | ごはん 切干大根と小松菜のみそ汁 鶏のからあげ もやしのナムル | みかんヨーグルト |
| 11(水) | おにぎり しゅうまい ブロッコリー 卵焼き みかん缶 | シュガーラスク |
| 12(木) | そばろラーメン もやしとにらのソテー バナナ | チュモツパ |
| 13(金) | 厚揚げマーボ丼 ちんげん菜とごまのスープ 小松菜の納豆和え | コーンフレーク |
| 16(月) | ごはん キャベツとにんじんのみそ汁 さばの竜田揚げ 春雨サラダ | お好み焼きトースト |
| 17(火) | チキンオムライス オニオンスープ コールスローサラダ | バナナ クッキー |
| 18(水) | 和風きのこスパゲッティー オクラとごまのスープ きゅうりとコーンの和え物 | ベビーチーズ 佃煮こんぶのおにぎり |
| 19(木) | 枝豆ごはん ニラの春雨スープ 肉じゃがコロケ にんじんしりしり コーンのバターソテー | クッキー |
| 23(月) | 納豆ひき肉丼 わかめとおふのみそ汁 ひじきサラダ | 手作りレーズンパン |
| 24(火) | 五目ごはん えのきとたまねぎのみそ汁 鮭のてりやき きゅうりとしらすのごま和え | ボンデケーキ |
| 25(水) | 食パン ブラウンシチュー マカロニサラダ | 菜飯おにぎり |
| 26(木) | 手打ち(肉汁きのこうどん) きやべつとツナの和風マヨ和え もも缶 | ベビーチーズ チーズいももち |
| 27(金) | 親子丼 かぼちゃと厚揚げのみそ汁 塩だれキャベツ | 手作り練乳食パン |
| 30(月) | ゆかりごはん さつまいもとたまねぎのみそ汁 さばの塩こうじ焼き きんぴらごぼう | マーブルケーキ (いちごジャム) |
| 31(火) | キーマカレーライス わかめとごまの中薬スープ ブロッコリーとコーンのサラダ | 手作りあん食パン |