

3月の予定献立表（完了離乳食：12ヶ月～）



日 ／ 曜	献立名	材料名（屋食・3時おやつ）			10時おやつ	日 ／ 曜	献立名	材料名（屋食・3時おやつ）			10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 （水）	ごはん 小松菜のみそ汁 豚肉と玉ねぎの炒め物 小松菜のお浸し	米、さといも	牛乳、豚肉	もやし、こまつな、 たまねぎ、にんじん、 のり	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 おにぎり	18 （土）	ごはん みそ汁 豚肉と小松菜のソテー いんげんの煮浸し	マカロニ、米、 じゃがいも	牛乳、豆腐、 きな粉、豚肉	にんじん、こまつな、 いんげん、たまねぎ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 マカロニきな粉
02 （木）	ごはん ほうれんそうのみそ汁 鮭の照り焼き 白菜のソテー	米	牛乳、さけ	はくさい、かぼちゃ、 もやし、ほうれんそう、 にんじん	牛乳 マンナビスケット 牛乳 かぼちゃ甘煮	20 （月）	ごはん すまし汁 たらみそ煮 里芋の煮物	米、さといも	牛乳、たら	りんご、えのき、 にんじん、いんげん	牛乳 ウエハース 牛乳 りんごスティック
03 （金）	ごはん すまし汁 野菜のそぼろあんかけ 里芋の煮物	米、さといも	牛乳、豚肉	いちご、もやし、 えのき、ほうれんそう、 にんじん	牛乳 お子様せんべい 牛乳 いちご	21 （火）	春分の日				
04 （土）	ごはん 中華スープ 鶏肉と人参のソテー ほうれんそうの煮浸し	米	牛乳、鶏肉	ほうれんそう、 キャベツ、にんじん	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 おかかおにぎり	22 （水）	ごはん 白菜のスープ 鶏つくね チンゲンサイの炒め物	米	牛乳、鶏肉	もやし、はくさい、 にんじん、かぼちゃ、 チンゲンサイ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 かぼちゃの甘煮
06 （月）	ごはん みそ汁 鶏団子 チンゲンサイの炒め煮	米	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、 えのき、チンゲンサイ	牛乳 ウエハース ほうじ茶 ヨーグルト	23 （木）	ごはん えのきと大根のみそ汁 野菜のそぼろあんかけ 小松菜のお浸し	米、パン	牛乳、鶏肉	もやし、こまつな、 にんじん、えのき、 いんげん、だいこん、 いちご	牛乳 マンナビスケット 牛乳 ジャムサンド
07 （火）	ごはん 玉ねぎのみそ汁 鶏肉とじゃがいものみそ煮 ブロッコリーの和え物	さつまいも、米、 じゃがいも	牛乳、鶏肉	にんじん、たまねぎ、 ほうれんそう、 ブロッコリー	牛乳 お子様せんべい 牛乳 さつまいも甘煮	24 （金）	ごはん コンソメスープ ハンバーグ 人参の煮浸し	米	牛乳、豚肉、 ヨーグルト	にんじん、キャベツ、 たまねぎ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト
08 （水）	ごはん ほうれんそうとしめじのみそ汁 かじきの照り煮 人参の甘煮	米、パン	牛乳、かじき	ほうれんそう、 にんじん、いちご、 しめじ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 ジャムサンド	25 （土）	ごはん ほうれんそうの和え物 チンゲンサイとコーンのスープ 豚肉とキャベツのソテー	米	牛乳、豚肉	キャベツ、もやし、 ほうれんそう、 にんじん、コーン、 チンゲンサイ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 せんべい
09 （木）	ごはん 白菜のみそ汁 鶏そぼろあんかけ もやしの和え物	米	牛乳、鶏肉	もやし、パナナ、 たまねぎ、はくさい、 にんじん、えのき、 チンゲンサイ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 パナナ	27 （月）	ごはん 大根のみそ汁 鮭のみそ煮 いんげんの煮浸し	米	牛乳、さけ	だいこん、 ほうれんそう、 にんじん、いんげん、 パナナ	牛乳 ウエハース 牛乳 パナナ
10 （金）	ごはん わかめ汁 豚肉と大根の炒め煮 納豆和え	米、マカロニ	牛乳、豚肉、 納豆、きな粉	だいこん、にんじん、 もやし、ほうれんそう、 たまねぎ、わかめ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 マカロニきな粉	28 （火）	ごはん 野菜スープ 豆腐と野菜のあんかけ かぼちゃの煮物	米、	牛乳、豆腐	かぼちゃ、にんじん、 もやし、たまねぎ、 チンゲンサイ、りんご	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 りんごスティック
11 （土）	卒園式					29 （水）	ごはん みそ汁 鶏肉と人参のソテー 小松菜のお浸し	米	牛乳、鶏肉	もやし、こまつな、 にんじん、たまねぎ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 おかかおにぎり
13 （月）	ごはん 中華スープ 肉団子のあんかけ ほうれんそうのお浸し	米	牛乳、豚肉	もやし、たまねぎ、 ほうれんそう、 にんじん	牛乳 ウエハース 牛乳 おかかおにぎり	30 （木）	ごはん 白菜のスープ マーボー豆腐 ブロッコリーの煮浸し	米、さつまいも	牛乳、豆腐、豚肉	はくさい、にんじん、 ねぎ、ブロッコリー	牛乳 マンナビスケット 牛乳 さつまいも甘煮
14 （火）	ごはん 根菜のみそ汁 鮭の照り焼き チンゲンサイのソテー	米	牛乳、さけ	もやし、にんじん、 ねぎ、チンゲンサイ、 りんご	牛乳 お子様せんべい 牛乳 りんごスティック	31 （金）	ごはん 里芋のみそ汁 かれいの照り焼き 大根の煮物	米、さといも	牛乳、かれい、 ヨーグルト	だいこん、にんじん、 こまつな	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト
15 （水）	ごはん 大根のみそ汁 マーボー豆腐 ブロッコリーのおかか和え	米、さつまいも	牛乳、豆腐、 豚肉	だいこん、にんじん、 はくさい、ブロッコリー	牛乳 やさいビスケット 牛乳 さつま芋の甘煮	☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更の際は追って連絡致します。 ☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。 新たに口にした食材がありましたら職員までお声掛けください。 					
16 （木）	ごはん コンソメスープ ハンバーグ チンゲンサイのお浸し	米	牛乳、豚肉、 さけ	にんじん、たまねぎ、 チンゲンサイ	牛乳 マンナビスケット ほうじ茶 鮭のおにぎり						
17 （金）	ごはん 豆腐のスープ 肉じゃが ほうれん草サラダ	米、じゃがいも	豆腐、豚肉、 牛乳、ヨーグルト	もやし、ほうれんそう、 ねぎ、にんじん、 たまねぎ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト						

