

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 3時おやつ	日 ／ 曜	献立名	材料名（屋食・3時おやつ）			10時おやつ 3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	
1 （土）	野菜のそぼろあんかけ丼 ブロッコリーのおかかあえ ほうれん草のみそ汁	米	牛乳、鶏肉	たまねぎ、 ブロッコリー、 ほうれん草、 にんじん、 グリーンピース	牛乳 ウエハース 牛乳 やさいビスケット	19 （水）	豚丼 ポテトサラダ なすのみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉	たまねぎ、きゅうり、 ねぎ、なす、えのき、 にんじん、わかめ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 お子様せんべい
3 （月）	ごはん 鶏肉のそぼろ煮 もやしのナムル すまし汁	米	牛乳、鶏肉	もやし、ブロッコリー ほうれん草、 にんじん、 えのきだけ	牛乳 マンナビスケット ほうじ茶 りんごゼリー	20 （木）	春分の日				
4 （火）	食パン ブロッコリーと豆腐の炒り煮 人参のソテー 冬野菜のボトフ	食パン、米、 里芋	牛乳、鶏肉、豆腐	ブロッコリー、 にんじん、たまねぎ、 だいこん、えのきだけ、 あおのり	牛乳 お子様せんべい 牛乳 おにぎり	21 （金）	ごはん ツナの煮物 ほうれん草の納豆あえ はっと汁	米、はっと	牛乳、納豆、ツナ、 豚肉	もやし、ほうれん草、 はくさい、にんじん、 たまねぎ、だいこん、 えのき、ねぎ、あおのり	牛乳 小魚せんべい 牛乳 おにぎり
5 （水）	ごはん 鶏の松風焼き 切干大根と凍り豆腐の煮物 キャベツのみそ汁	米	牛乳、鶏肉、豆腐、 豆乳 凍り豆腐	キャベツ、たまねぎ、 にんじん、いんげん、 切り干しだいこん、 しいたけ、あおのり	牛乳 やさいビスケット 牛乳 とうふドーナツ	22 （土）	ごはん 野菜あんかけ チンゲン菜のスープ バナナ	米	牛乳、豚肉、	バナナ、もやし、 キャベツ、たまねぎ、 にんじん、ピーマン、 チンゲン菜	牛乳 ウエハース 牛乳 小魚せんべい
6 （木）	ごはん 鮭の照り焼き キャベツのマヨ和え もやしのみそ汁	米	牛乳、さけ	キャベツ、もやし、 チンゲンサイ、にんじん	牛乳 マンナビスケット 牛乳 お子様せんべい	24 （月）	ごはん さばの塩焼き 野菜の煮物 もやしのみそ汁	米	牛乳、鯖、鶏肉	かぼちゃ、もやし、 チンゲンサイ、ねぎ、 たまねぎ、えのき、 にんじん、ブロッコリー	牛乳 マンナビスケット 牛乳 焼きかぼちゃ
7 （金）	豚肉そぼろ丼 小松菜とコーンの和え物 野菜スープ	米	牛乳、豚肉	りんご、たまねぎ、 こまつな、にんじん、 ピーマン、ねぎ、にら、 コーン、きしどろ	牛乳 小魚せんべい 牛乳 焼きりんご	25 （火）	ごはん チキンボール煮 パスタサラダ 豆腐みそ汁	米、スパゲティ	牛乳、鶏肉、豆腐	キャベツ、ねぎ、 きゅうり、にんじん、 わかめ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 小魚せんべい
8 （土）	卒園式					26 （水）	ごはん 炒り豆腐 さつま芋の天ぷら 切干大根のみそ汁	米、さつまいも	牛乳、豆腐、鶏肉、 ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、 だいこん、 グリーンピース、 バナナ	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 バナナヨーグルト
10 （月）	ごはん チキンボール煮 野菜の煮物 けんちん汁	米	牛乳、豆腐、豆乳、 鶏肉、	にんじん、だいこん、 ブロッコリー、ねぎ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 蒸しパン	27 （木）	ごはん 鶏ささ身のケチャップ煮 小松菜の和え物 じゃがいものすまし汁	米、食パン、 じゃがいも	牛乳、鶏肉	こまつな、たまねぎ もやし、えのき、 にんじん、ねぎ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 ジャムサンド
11 （火）	ごはん 豚肉と野菜の煮込み 小松菜のしらす和え なめこみそ汁	米	牛乳、豚肉、豆腐、 しらす干し、	たまねぎ、こまつな、 なめこ、にんじん、 ねぎ、わかめ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 わかめおにぎり	28 （金）	わかめごはん 豆腐の煮物 にんじんとツナのサラダ おくらスープ	米、マカロニ	牛乳、豆腐、 ツナ、	にんじん、たまねぎ、 バナナ、えのきだけ、 ねぎ、オクラ、 わかめ	牛乳 小魚せんべい 牛乳 バナナケーキ
12 （水）	ごはん 筑前煮 ほうれん草のツナ酢和え えのきのみそ汁	米、さつまいも	牛乳、鶏肉、ツナ	ほうれん草、 にんじん、たまねぎ、 えのきだけ、いんげん	牛乳 やさいビスケット 牛乳 鬼まんじゅう	29 （金）	ごはん チキンボール煮 小松菜のおかか和え 野菜スープ	米	牛乳、豚肉、 かつお節	もやし、こまつな、 チンゲンサイ、にんじん	牛乳 ウエハース 牛乳 小魚せんべい
13 （木）	ごはん さわらのもやしあんかけ かぼちゃの甘煮 小松菜のみそ汁	米	牛乳、さくら	かぼちゃ、もやし、 こまつな、キャベツ、 にんじん、ねぎ	牛乳 マンナビスケット ほうじ茶 おにぎり	31 （月）	ごはん 鶏肉の照り焼き はるさめサラダ みそ汁	米、はるさめ	牛乳、鶏肉	だいこん、たまねぎ、 きゅうり、にんじん	牛乳 マンナビスケット 牛乳 お子様せんべい
14 （金）	ごはん 鶏の照り焼き ブロッコリー和え物 豆乳シチュー	米、 じゃがいも	牛乳、鶏肉	たまねぎ、 ブロッコリー、 にんじん、グリーンピース	牛乳 小魚せんべい 牛乳 ウエハース						
15 （土）	肉うどん ほうれん草の和え物 みかんヨーグルト	ゆでうどん	牛乳、ヨーグルト、 豚肉	ほうれん草、 キャベツ、にんじん、 もやし、みかん缶 チンゲンサイ	牛乳 ウエハース 牛乳 小魚せんべい	☆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。 					
17 （月）	ごはん さけのコーンポテト焼き にんじんの煮物 大根のみそ汁	米、マッシュポテト	牛乳、さけ	かぼちゃ、だいこん、 チンゲンサイ、 にんじん、いんげん、 クリームコーン、わかめ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 南瓜マッシュ						
18 （火）	ごはん チキンボール煮 野菜炒め 野菜スープ	米、さつまいも	牛乳、豚肉	キャベツ、もやし、にん じん、にら、ピーマン	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ふかし芋						

