

3月の献立表 離乳食

平成30年3月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL.6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	力や熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
1	木	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	さわらのいんげん煮	さわら・だし昆布		いんげん・たまねぎ	蒸しパン	ホットケーキミックス
				小松菜煮	だし昆布		人参・小松菜		
				味噌汁	だし昆布・味噌		キャベツ		
				おかゆ		米			
2	金	ひなまつり ふかし芋	さつまいも	豆腐のカラフル煮	豆腐・だし昆布		人参・絹さや・コーン	あずき粥	米 あずき
				南瓜煮	だし昆布		南瓜・いんげん		
				すまし汁	だし昆布		菜の花		
				おかゆ		米			
3	土	ベビースティック	ベビースティック	野菜うどん	だし昆布	うどん	ピーマン・たまねぎ・人参	ひじき粥	米 ひじき
				ほうれん草煮	だし昆布		ほうれん草・コーン		
				たらのつぶし煮	だし昆布・たら				
5	月	りす組遠足 赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	かれの野菜煮	だし昆布・かれい		グリーンピース・たまねぎ・人参	りんごのコンポート	りんご
				春雨煮	だし昆布	春雨	きゅうり		
				すまし汁	だし昆布		玉ねぎ		
				おかゆ		米			
6	火	うさぎ・小くま組遠足 オレンジ	オレンジ	豆腐のくたくた煮	豆腐・だし昆布		たまねぎ・ピーマン	粉ふきいも	じゃがいも
				チンゲン菜煮	だし昆布		チンゲン菜・人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌		大根・青ねぎ		
				おかゆ		米			
7	水	こめぼんせん	こめぼんせん	ほきのピーマン煮	ほき・だし昆布		ピーマン・人参・もやし	ほうれん草 蒸しパン	ホットケーキミックス ほうれん草
				キャベツ煮	だし昆布		キャベツ・コーン		
				味噌汁	だし昆布・味噌		玉ねぎ		
				おかゆ		米			
8	木	南瓜煮	かぼちゃ	豆腐の白菜煮	豆腐・だし昆布		白菜・人参	りんご 紫いもせんべい	りんご 紫いもせんべい
				じゃがいも煮	だし昆布	じゃがいも	きゅうり		
				味噌汁	だし昆布・味噌		オクラ		
				おかゆ		米			
9	金	大くま組遠足 ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	さけの野菜煮	さけ・だし昆布		玉ねぎ・人参・絹さや	キャベツ粥	米 キャベツ
				小松菜煮	だし昆布		小松菜・コーン		
				味噌汁	だし昆布・味噌	そうめん	青ねぎ		
				おかゆ		米			
10	土	紫いもせんべい	紫いもせんべい	たらぞうすい	たら・だし昆布	米	白菜・赤ピーマン	あおのり粥	米 青のり
				野菜煮	だし昆布		もやし・ほうれん草・人参		
				すまし汁	わかめ・だし昆布				
12	月	粉ふきいも	じゃがいも	豆腐煮	豆腐・だし昆布		人参・たまねぎ	蒸しパン	ホットケーキミックス
				マカロニ煮	だし昆布	マカロニ	きゅうり・赤ピーマン		
				味噌汁	だし昆布・味噌		キャベツ		
				おかゆ		米			
13	火	分園遠足 ベビースティック	ベビースティック	ほきのくたくた煮	ほき・だし昆布		人参・玉ねぎ	コーン粥	米 コーン
				ひじき煮	ひじき・だし昆布		きゅうり・キャベツ		
				味噌汁	だし昆布・味噌		キャベツ		
				おかゆ		米			
14	水	分園遠足 紫いもせんべい	紫いもせんべい	豆腐のやわらか煮	豆腐・だし昆布		人参・玉ねぎ	蒸しパン	ホットケーキミックス
				キャベツ煮	だし昆布		キャベツ		
				すまし汁	だし昆布	春雨	コーン		
				おかゆ		米			
15	木	お誕生日会 りんご	りんご	さわらのほうれん草煮	だし昆布・さわら		ほうれん草・コーン	人参蒸しパン	ホットケーキミックス 人参
				野菜煮	だし昆布		人参・大根・絹さや		
				味噌汁	だし昆布・味噌・わかめ		たまねぎ		
				おかゆ		米			

3月の献立表 離乳食

平成30年3月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
16	金	ベビー スティック	ベビー スティック	豆腐のキャベツ煮	豆腐・だし昆布		キャベツ・人参	ほうれん草粥	米 ほうれん草
				ひじき煮	ひじき・だし昆布		いんげん		
				味噌汁	だし昆布・味噌		なす・青ねぎ		
				おかゆ		米			
17	土	卒園式 赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	煮込みうどん	だし昆布	うどん	白菜・ねぎ		
				チンゲン菜ときのご煮	だし昆布		チンゲン菜・しめじ		
				さけのくたくた煮	さけ・だし昆布				
19	月	ぶかし芋	さつまいも	豆腐のブロッコリー煮	豆腐・だし昆布		ブロッコリー・たまねぎ	マッシュポテト	じゃがいも
				大根煮	だし昆布		大根・人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌		たまねぎ・青ねぎ		
				おかゆ		米			
20	火	こめぼんせん	こめぼんせん	たらの野菜煮	たら・だし昆布		たまねぎ・人参	グリーンピース粥	米 グリーンピース
				カラフル煮	だし昆布		赤パプリカ・黄パプリカ・アスパラ		
				すまし汁	だし昆布		小松菜・コーン		
				おかゆ		米			
22	木	お別れ会 ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	豆腐のトマト煮	豆腐・だし昆布		トマト・キャベツ	オレンジ蒸しパン	オレンジ ホットケーキ ミックス
				じゃがいも煮	だし昆布	じゃが芋	きゅうり・人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌		大根・青ねぎ		
				おかゆ		米			
23	金	南瓜煮	かぼちゃ	かれの白菜煮	かれい・だし昆布		たまねぎ・白菜	マカロニ煮	マカロニ 砂糖
				さつまいも煮	だし昆布	さつまいも			
				味噌汁	だし昆布・味噌		ほうれん草		
				おかゆ		米			
24	土	こめぼんせん	こめぼんせん	野菜ぞうすい	だし昆布・さけ		たまねぎ・人参	ひじき粥	米 ひじき
				大根煮	だし昆布		大根・きゅうり		
				味噌汁	だし昆布・味噌		小松菜		
26	月	オレンジ	オレンジ	豆腐のカラフル煮	豆腐・だし昆布		玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ 黄パプリカ	さつまいも スティック	さつまいも
				お芋煮	だし昆布	じゃが芋	人参・絹さや		
				味噌汁	だし昆布・味噌		えのき・青ねぎ		
				おかゆ		米			
27	火	紫いも せんべい	紫いも せんべい	ほきのほうれん草煮	ほき・だし昆布		ほうれん草・コーン	蒸しパン	ホットケーキ ミックス
				春雨煮	だし昆布	春雨	きゅうり・人参		
				すまし汁	だし昆布		大根・人参		
				おかゆ		米			
28	水	粉ふき芋	じゃがいも	豆腐の大根煮	豆腐・だし昆布		大根・人参・絹さや	コーン粥	米 コーン
				もやし煮	だし昆布		もやし・コーン		
				味噌汁	だし昆布・味噌・わかめ		えのき		
				おかゆ		米			
29	木	ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	たらのキャベツ煮	たら・だし昆布		もやし・キャベツ	人参蒸しパン	ホットケーキ ミックス 人参
				野菜煮	だし昆布		たまねぎ・人参		
				すまし汁	だし昆布		チンゲン菜		
				おかゆ		米			
30	金	りんご	りんご	豆腐のきのご煮	豆腐・だし昆布		えのき・たまねぎ・人参・いんげん	あおりの粥	米 あおりの
				さつま芋煮	だし昆布	さつまいも			
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		青ねぎ・キャベツ		
				おかゆ		米			
31	土	紫いも せんべい	紫いも せんべい	トマト煮込みうどん		うどん	たまねぎ・トマト	わかめ粥	米 わかめ
				ブロッコリー煮	だし昆布		ブロッコリー・人参		
				さわらのつぶし煮	さわら・だし昆布				
				すまし汁	だし昆布		キャベツ		