



# 3月の献立表 (0・1・2歳児)



日	曜	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	離乳食(中期)	離乳食(後期)
1	土	かし		かし		
3	月	かし 牛乳	ひなちらし、菜花のごま和え すまし汁、ゼリー	田舎あられ(市販菓子) カルピス	人参粥(人参)、すまし汁(麩、玉ねぎ、ねぎ) 豆腐の味噌煮(豆腐、人参、玉ねぎ)	人参粥(人参)、すまし汁(麩、玉ねぎ、ねぎ) 豆腐の味噌煮(豆腐、人参、玉ねぎ)
4	火	かし ミルク	さわらのマヨネーズ焼き ほうれん草としめじのお浸し、すまし汁	きな粉揚げパン(コッペパン) 幼児牛乳	煮奴(豆腐、ねぎ) ほうれん草のお浸し(ほうれん草、人参)	煮奴(豆腐、ねぎ) ほうれん草のお浸し(ほうれん草、人参)
5	水	りんご 牛乳	甘辛チキン、キャベツ添え、中華スープ	しらすの和風ピザ、幼児牛乳 (じゃがいもとしらすのおやき)	麩と野菜の煮物(麩、キャベツ、人参) スープ(玉ねぎ、人参、ねぎ)	麩と野菜の煮物(麩、キャベツ、人参) スープ(玉ねぎ、人参、ねぎ)
6	木	かし 牛乳	鮭の塩こうじ焼き、キャベツのゆかり和え、豚汁	かし 牛乳	鮭とキャベツの煮物(鮭、キャベツ) 味噌汁(大根、人参、白菜、里芋、ねぎ)	鮭とキャベツの煮物(鮭、キャベツ) 味噌汁(大根、人参、白菜、里芋、ねぎ)
7	金	かし 牛乳	クリームシチュー、フレンチサラダ、バナナ	かし ジョア	鶏肉のクリーム煮(鶏ささみ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、豆乳) キャベツサラダ(キャベツ、きゅうり)	鶏肉のクリーム煮(鶏ささみ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、豆乳) キャベツサラダ(キャベツ、きゅうり)
8	土	かし		かし		
10	月	かし 牛乳	ハンバーグ、野菜添え、味噌汁	かし ミロミルク	鶏肉とトマトのコンソメ煮(鶏ささみ、トマト、キャベツ、人参) すまし汁(大根、玉ねぎ、ねぎ)	鶏肉とトマトのコンソメ煮(鶏ささみ、トマト、キャベツ、人参) すまし汁(大根、玉ねぎ、ねぎ)
11	火	かし 牛乳	手作りさつま揚げ、彩りの和え物、味噌汁	かし 牛乳	麩と野菜ののりみ煮(麩、ほうれん草、玉ねぎ) 味噌汁(大根、人参、ねぎ)	麩と野菜ののりみ煮(麩、ほうれん草、玉ねぎ) 味噌汁(大根、人参、ねぎ)
12	水	かし 牛乳	手作りコロッケ、野菜添え、味噌汁	かし 牛乳	豆腐と野菜のコンソメ煮(豆腐、じゃがいも、玉ねぎ、人参) トマトサラダ(トマト、きゅうり)	豆腐と野菜のコンソメ煮(豆腐、じゃがいも、玉ねぎ、人参) トマトサラダ(トマト、きゅうり)
13	木	かし 牛乳	ぶりの煮つけ、ポテトサラダ、すまし汁	NEW:ディアマンクッキー (蒸しパン) 幼児牛乳	煮魚(白身魚) すまし汁(豆腐、人参、ねぎ、春雨)	煮魚(白身魚) すまし汁(豆腐、人参、ねぎ、春雨)
14	金	かし 牛乳	わかめごはん、鶏肉のから揚げ、ブロッコリー添え フルーツのヨーグルト和え、りんごジュース	お祝いケーキ(パンケーキ) 幼児牛乳	鶏肉とブロッコリーの煮物(鶏ささみ、ブロッコリー、玉ねぎ) バナナヨーグルト(バナナ、ヨーグルト)	鶏肉とブロッコリーの煮物(鶏ささみ、ブロッコリー、玉ねぎ) バナナヨーグルト(バナナ、ヨーグルト)
15	土	かし		かし		
17	月	かし 牛乳	ジャージャー麺、ごま酢和え、バナナ	パン(蒸しパン) 牛乳	煮込みうどん(伊勢うどん、人参、玉ねぎ) キャベツの和え物(キャベツ、人参)、バナナ	煮込みうどん(伊勢うどん、人参、玉ねぎ) キャベツの和え物(キャベツ、人参)、バナナ
18	火	かし 牛乳	豚肉の生姜焼き、野菜添え、味噌汁	かし ミロミルク	麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ、人参、ねぎ) マッシュポテト和え(じゃがいも、キャベツ)	麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ、人参、ねぎ) マッシュポテト和え(じゃがいも、キャベツ)
19	水	かし 牛乳	チキンカレー、ココロサラダ ヨーグルト	かし 牛乳	鶏肉と大豆のコンソメ煮(鶏ささみ、大豆、玉ねぎ、じゃがいも) きゅうりの和え物(きゅうり、人参)	鶏肉と大豆のコンソメ煮(鶏ささみ、大豆、玉ねぎ、じゃがいも) きゅうりの和え物(きゅうり、人参)
21	金	かし 牛乳	牛肉のしくれ煮、春雨の酢の物、デコボン	野菜マフィン(野菜蒸しパン) 幼児牛乳	豆腐と野菜の煮物(豆腐、玉ねぎ、人参) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、人参)、デコボン	豆腐と野菜の煮物(豆腐、玉ねぎ、人参) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、人参)、デコボン
22	土	かし		かし		
24	月	りんご 牛乳	鮭のアングレース、ブロッコリー添え コンソメスープ	かし 野菜ジュース	鮭と野菜のコンソメ煮(鮭、じゃがいも、玉ねぎ、人参) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー、キャベツ)	鮭と野菜のコンソメ煮(鮭、じゃがいも、玉ねぎ、人参) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー、キャベツ)
25	火	かし 牛乳	チキンライス、キャベツときゅうりのツナサラダ コーンスープ	かし ジョア	コーンクリーム煮(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、クリームコーン、豆乳) キャベツときゅうりの和え物(キャベツ、きゅうり)	コーンクリーム煮(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、クリームコーン、豆乳) キャベツときゅうりの和え物(キャベツ、きゅうり)
26	水	かし ミルク	筑前煮、すまし汁、バナナ	キャロットゼリー	大豆と野菜の煮物(大豆、人参、玉ねぎ、いんげん) すまし汁(麩、玉ねぎ、ほうれん草)、バナナ	大豆と野菜の煮物(大豆、人参、玉ねぎ、いんげん) すまし汁(麩、玉ねぎ、ほうれん草)、バナナ
27	木	かし 牛乳	ぎょうざ、NEW:ミニラーメン、いちご	キャラメル蒸しパン 幼児牛乳	煮奴(豆腐、ねぎ) スープ(キャベツ、人参、ねぎ)、いちご	煮奴(豆腐、ねぎ) スープ(キャベツ、人参、ねぎ)、いちご
28	金	かし 牛乳	麻婆豆腐、酢の物、オレンジ	かし・紅白まんじゅう 牛乳	麻婆豆腐風(豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ) きゅうりと人参の和え物(きゅうり、人参)、オレンジ	麻婆豆腐風(豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ) きゅうりと人参の和え物(きゅうり、人参)、オレンジ

※おやつのはひよこ組

※離乳食のメニューに使用食材を記載します。アレルギー等事故防止のため一度も食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で食べていただきますようお願いいたします。