



3月離乳食献立表

みのり乳児保育園

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
1 水	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・プロッコリー・醤油・砂糖 玉葱・大根・キャベツ・醤油	米粥 鶏と大根の煮物 プロッコリーのオーロラ和え えのきの味噌汁	米 鶏もも肉・大根・醤油・みりん・酒 プロッコリー・人参・コーン缶・マヨネーズ・ケチャップ・塩 えのき・玉葱・ねぎ・豆腐・キャベツ・味噌
2 木	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・里芋・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・人参・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 里芋のおかか煮 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖 里芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 キャベツ・玉葱・人参・醤油
3 金	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・あすっこ・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鮭のみりん漬け焼き 明日っこの味噌マヨ和え すまし汁	米 鮭・酒・みりん・醤油 あすっこ・人参・キャベツ・マヨネーズ・味噌・砂糖・かつお節 花麩・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・醤油・塩
4 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 じやこ煮 野菜の煮物 にらの中華スープ	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 人参・醤油・砂糖	米 じやこ煮 野菜の煮物 豆腐・人参・玉葱・もやし・にら・中華だし・醤油
6 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏のりチーズ焼き 野菜の煮物 白菜の味噌汁	米粥 鶏もも肉・砂糖・醤油・酒・ピザチーズ・もみのり 人参・キャベツ・醤油・砂糖 白菜・えのき・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌	
7 火	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・プロッコリー・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・人参・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・プロッコリー・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・人参・醤油
8 水	お弁当の日			
9 木	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 里芋の味噌汁	米粥 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・あすっこ・醤油・砂糖 里芋・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌	
10 金	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 じやこ煮 野菜の煮物 春雨サラダ	米粥 塩からあげ 春雨・胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま 豆腐の味噌汁	米 鶏もも肉・酒・塩・中華だし・にんにく・生姜・片栗粉・油 春雨・胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌
11 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 具だくさん汁	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 人参・玉葱・じゃが芋・豆腐・ねぎ・味噌	
13 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏レバーの甘辛煮 もみのり和え じゃが芋の味噌汁	米粥 鶏レバー・ごま油・生姜・醤油・砂糖・酒 キャベツ・小松菜・人参・もみのり・ごま・醤油 じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌	
14 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 ハンバーグオニオソース スパゲティサラダ スープ	米粥 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 スパゲティ・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 大根・人参・玉葱・醤油	
15 水	米粥 金時豆煮 野菜の煮物 スープ	米粥 金時豆の煮物 焼きポテト スープ	米粥 金時豆・砂糖・醤油 じゃが芋・油・青のり・ごま・塩 人参・玉葱・キャベツ・醤油	

☆献立内容や材料の変更があるので、あらかじめご了承ください。

☆マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。

☆今月は旬の食材としてにら、キャベツ、プロッコリー、あすっこ、玉葱などを取り入れています。

☆調味料の中の「酒」は料理酒(アルコール度12%)を使用しています。

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
16 木	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・プロッコリー・醤油・砂糖 人参・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏のさっぱり煮 野菜の煮物 にらの味噌汁	米 鶏もも肉・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・酢 人参・プロッコリー・醤油・砂糖 にら・人参・玉葱・えのき・わかめ・味噌
17 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏だんごの煮物 南瓜・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 南瓜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・砂糖・醤油 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油
18 土	育了式			
20 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 人参のきんぴら なめこ汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・えのき・ごま油・砂糖・醤油・ごま なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・ねぎ・味噌
21 火	春分の日			
22 水	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏だんごの煮物 じやが芋・醤油・砂糖 キャベツ・人参・玉葱・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 えのきスープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 じやが芋・醤油・砂糖 えのき・キャベツ・人参・玉葱・中華だし・塩
23 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・大根・じゃが芋・醤油	米粥 さわらの照り焼き 野菜の煮物 肉豆腐	米 さわら・醤油・みりん 人参・醤油・砂糖 豚ばら肉・焼き豆腐・玉葱・大根・人参・えのき・ねぎ・醤油・みりん・砂糖
24 金	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 南瓜・醤油・砂糖 玉葱・人参・じゃが芋・醤油	米粥 炒り豆腐 南瓜のチーズ焼き スープ	米 豆腐・鶏挽肉・ひじき・人参・醤油・砂糖・みりん・片栗粉 南瓜・ピザチーズ・パセリ 玉葱・人参・じゃが芋・醤油
25 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 玉葱の味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 玉葱・えのき・もやし・わかめ・ねぎ・味噌
27 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏だんごの煮物 人参・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 わかめの味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・キャベツ・ねぎ・味噌
28 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・醤油・砂糖 人参・玉葱・わかめ・醤油	米粥 牛肉と豆腐の中華炒め さつま芋の甘煮 人参・玉葱・わかめ・醤油	米 牛ばら肉・豆腐・キャベツ・人参・醤油・中華だし・みりん・砂糖・片栗粉 さつま芋・砂糖・醤油 もやし・人参・玉葱・わかめ・ねぎ・味噌
29 水	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・人参・醤油	米粥 ローストチキン 納豆和え しめじの味噌汁	米 鶏もも肉・玉葱・生姜・にんにく・醤油・酒・ケチャップ・ウスター 納豆・小松菜・キャベツ・人参・醤油・砂糖・ごま・もみのり・かつお節 しめじ・玉葱・豆腐・キャベツ・ねぎ・味噌
30 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 大根・玉葱・わかめ・醤油	米粥 カレイのしそ焼き 野菜の煮物 大根の味噌汁	米 カレイ・大葉・醤油・酒・みりん・砂糖 人参・醤油・砂糖 大根・玉葱・えのき・わかめ・ねぎ・味噌
31 金	年度末保育(半日)※お弁当持参			