

2018年(平成29年度)  
3月離乳食献立



7日 お誕生日会★  
9日 お弁当の日★

| 主<br>食 | 軟飯  |                           | ごはん                                  |  | 3じのおやつ                    |                 |
|--------|-----|---------------------------|--------------------------------------|--|---------------------------|-----------------|
|        | 90g |                           | 70g                                  |  |                           |                 |
| 1      | 木   | 酢豚 納豆和え すまし汁              | ごはん 酢豚<br>納豆和え 野菜のみそ汁                |  | ★手作りおやつ★<br>【サンドイッチ・牛乳】   |                 |
| 2      | 金   | ハヤシライス風 ほうれん草の和え物 人参スープ   | カレーライス しめじのごま和え<br>パン缶 人参スープ         |  | ビスケット ラムネ<br>牛乳           |                 |
| 3      | 土   | ★生活発表会★                   |                                      |  |                           |                 |
| 5      | 月   | 豆腐のそぼろ煮 かぼちゃの煮物 すまし汁      | そぼろ丼 糸コンのきんぴら<br>チーズ 豆腐の中華スープ        |  | ★手作りおやつ★<br>【フルーツポンチ】     |                 |
| 6      | 火   | ブロッコリーと人参の煮物 もやしのサラダ すまし汁 | ごはん 野菜のてんぷら<br>ハムともやしのサラダ えのきとあげのみそ汁 |  | ★手作りおやつ★<br>【バナナ・牛乳】      |                 |
| 7      | 水   | ★お弁当の日★                   |                                      |  |                           | おせんべい ラムネ<br>牛乳 |
| 8      | 木   | 玉ねぎのそぼろ煮 さつま芋の甘煮 すまし汁     | 肉どんぶり ほうれん草サラダ<br>野菜のみそ汁             |  | ★手作りおやつ★<br>【きな粉パン・牛乳】    |                 |
| 9      | 金   | 豆腐の煮物 ほうれん草の和え物 すまし汁      | ちらし寿司 えのきのごま和え<br>豆腐のみそ汁             |  | ビスケット ラムネ<br>牛乳           |                 |
| 10     | 土   | ツナと人参の煮物 小芋の煮物 すまし汁       | ツナの炊き込みごはん 野菜のみそ汁<br>ウインナーの野菜炒め      |  | おせんべい ラムネ<br>牛乳           |                 |
| 12     | 月   | ミートスパゲティ 白和え すまし汁         | ごはん ミートスパゲティ<br>白和え じゃが芋のみそ汁         |  | ★手作りおやつ★<br>【アメリカントック・牛乳】 |                 |
| 13     | 火   | ブロッコリーとチーズの煮物 ホットサラダ すまし汁 | ごはん からあげ きく・たけ組<br>ホットサラダ 卵汁 ☆バイキング☆ |  | ★手作りおやつ★<br>【ケーキ・牛乳】      |                 |
| 14     | 水   | 卵うどん かぼちゃの煮物 すまし汁         | ごはん きつねうどん チーズ<br>かぼちゃの煮物 ほうれん草のごま和え |  | ビスケット ラムネ<br>牛乳           |                 |
| 15     | 木   | 酢豚 納豆和え すまし汁              | ごはん 酢豚<br>納豆和え 野菜のみそ汁                |  | ★手作りおやつ★<br>【サンドイッチ・牛乳】   |                 |
| 16     | 金   | ハヤシライス風 ほうれん草の和え物 人参スープ   | カレーライス しめじのごま和え<br>パン缶 人参スープ         |  | おせんべい ラムネ<br>牛乳           |                 |
| 17     | 土   | 鶏肉と玉ねぎの煮物 りんごの煮物 すまし汁     | 親子丼 ブロッコリーとりんごのサラダ<br>野菜のみそ汁         |  | ビスケット ラムネ<br>牛乳           |                 |
| 19     | 月   | 豆腐のそぼろ煮 さつま芋の甘煮 すまし汁      | そぼろ丼 糸コンのきんぴら<br>チーズ 豆腐の中華スープ        |  | ★手作りおやつ★<br>【フルーツポンチ】     |                 |
| 20     | 火   | ブロッコリーと人参の煮物 かぼちゃサラダ すまし汁 | ごはん 鶏のテリヤキ<br>かぼちゃサラダ えのきとあげのみそ汁     |  | ★手作りおやつ★<br>【きな粉パン・牛乳】    |                 |
| 21     | 水   | ★春分の日★                    |                                      |  |                           |                 |
| 22     | 木   | 玉ねぎのそぼろ煮 ほうれん草の和え物 すまし汁   | 肉どんぶり ほうれん草のサラダ<br>野菜のみそ汁            |  | ★手作りおやつ★<br>【バナナ・牛乳】      |                 |
| 23     | 金   | ハヤシライス風 切干大根のサラダ すまし汁     | カレーライス 切干大根の中華風サラダ<br>パン缶 豆腐とわかめのスープ |  | おせんべい ラムネ<br>牛乳           |                 |
| 24     | 土   | ★卒園式★                     |                                      |  |                           |                 |
| 26     | 月   | ミートスパゲティ 白和え すまし汁         | ごはん ミートスパゲティ<br>白和え じゃが芋のみそ汁         |  | ★手作りおやつ★<br>【アメリカントック・牛乳】 |                 |
| 27     | 火   | ブロッコリーとチーズの煮物 ホットサラダ すまし汁 | ごはん からあげ<br>ホットサラダ もやしとわかめのスープ       |  | ★手作りおやつ★<br>【人参ケーキ・牛乳】    |                 |
| 28     | 水   | 卵うどん ほうれん草の和え物 すまし汁       | ごはん きつねうどん チーズ<br>かぼちゃの煮物 ほうれん草のごま和え |  | ビスケット ラムネ<br>牛乳           |                 |
| 29     | 木   | ★新年度準備★                   |                                      |  |                           |                 |
| 30     | 金   | ★新年度準備★                   |                                      |  |                           |                 |
| 31     | 土   | ★新年度準備★                   |                                      |  |                           |                 |

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。

アレルギーのある子には、代替食・除去食をだしています。