

中村学園大学付属 おひさま保育園

給食だより★3月号★

(離乳食 版)

月日	献立	初期	中期	後期	完了期
3月1日(水) 3月22日(水)	金芽米 豆腐とツナの揚げ団子 白菜の中華和え 青梗菜とあさりのスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 白菜ペースト 人参ペースト	7分がゆ 鶏ミンチと豆腐の煮物 (鶏ミンチ・豆腐・人参・白菜) 青梗菜と玉ねぎのスープ (青梗菜・玉ねぎ)	全がゆ 鶏ミンチと野菜の煮物 (鶏ミンチ・豆腐・人参) 白菜ときゅうりのあえ物 青梗菜と玉ねぎのスープ オレンジ	金芽米 豆腐とツナの団子(卵・レバーなし) 白菜の中華和え(かにかまなし) 青梗菜のスープ
朝おやつ 3時おやつ	豆乳・バナナ スキムミルク カリカリいりこ 肉まんじゅう	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 豆乳・バナナ 麦茶 肉まんじゅう	歯ぐきで噛む・肉団子状 豆乳・バナナ 麦茶 肉まんじゅう
3月2日(木) 3月23日(木)	ミートソーススパゲッティ ブロッコリーとりんごのサラダ クリームコーンのかき玉スープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト ブロッコリーペースト 人参ペースト	7分がゆ ささみと野菜の煮物 (ささみ・玉ねぎ・人参) ブロッコリーとりんごの和え物 玉ねぎのスープ	全がゆ ささみと野菜の煮物 (ささみ・玉ねぎ・人参・ピーマン) ブロッコリーとりんごの和え物 玉ねぎとコーンのスープ	ミートソーススパゲッティ ブロッコリーとりんごのサラダ クリームコーンのスープ
朝おやつ 3時おやつ	コンク・りんご 麦茶 カリカリいりこ ゆかりおにぎり	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・りんご 麦茶 おじや	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・りんご 麦茶 ゆかりおにぎり
3月3日(金)	いなり寿司 白身魚のつけ焼き ほうれん草のミモザサラダ 大根と白菜の和風スープ 白桃ゼリー	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト ほうれん草ペースト 大根ペースト	7分がゆ 煮魚 ほうれん草のくたくた煮 大根と白菜のスープ (大根・白菜・玉ねぎ)	全がゆ 煮魚 ほうれん草の煮物 大根と白菜のスープ (大根・白菜・玉ねぎ・里芋)	いなり寿司(ごぼうなし) 白身魚のつけ焼き ほうれん草のミモザサラダ(卵なし) 大根と白菜の和風スープ 白桃ゼリー
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・ウエハース りんごジュース 誕生ケーキ・ひなあられ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・りす用お菓子 麦茶 誕生ケーキ・ひなあられ	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・ウエハース りんごジュース 誕生ケーキ・ひなあられ
3月4日(土) 3月25日(土)	肉うどん キャベツのおかか和え バナナ	おじや (キャベツ・人参)	おじや (ささみ・玉ねぎ・人参・キャベツ) バナナ	おじや (ささみ・玉ねぎ・人参・キャベツ) バナナ	おじや (ささみ・玉ねぎ・人参・キャベツ) バナナ
朝おやつ 3時おやつ	コンク・ポーロ 牛乳 チョコパン	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・ポーロ 麦茶 りす用お菓子	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・ポーロ 麦茶 りす用お菓子
3月6日(月) 3月20日(月)	金芽米 ポーロピカタ 青梗菜とエリンギのオイスターソース炒め 野菜たっぷりポトフ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 白菜ペースト 人参ペースト	7分がゆ ささみと青梗菜の煮物 野菜たっぷりスープ (かぶ・白菜・玉ねぎ・人参)	全がゆ 豚ミンチと青梗菜の煮物 野菜たっぷりスープ (かぶ・白菜・玉ねぎ・人参)	金芽米 ポーロピカタ(卵なし) 青梗菜とエリンギの炒め物 野菜たっぷりポトフ
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・黄桃缶 スキムミルク カリカリいりこ スイートポテト	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・黄桃缶 麦茶 スイートポテト	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・黄桃缶 麦茶 スイートポテト
3月7日(火)	金芽米 鯖の塩焼き 人参とツナのしりしり かぼちゃの味噌汁 いちご	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト さつまいもべ ほうれん草ペースト	7分がゆ 煮魚 (白身魚・玉ねぎ・人参) 玉ねぎとかぼちゃの味噌汁 いちご	全がゆ 煮魚 人参の甘煮 玉ねぎとかぼちゃの味噌汁 いちご	金芽米 白身魚の塩焼き 人参とツナのしりしり かぼちゃの味噌汁 いちご
朝おやつ 3時おやつ	コンク・バナナ スキムミルク カリカリいりこ ほうれん草ケーキ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・バナナ 麦茶 ほうれん草ケーキ	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・バナナ 麦茶 ほうれん草ケーキ
3月8日(水)	中華風そぼろあんかけ丼 きゅうりの塩昆布和え 卵の中華スープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト じゃがいもペースト	7分がゆ 豆腐のあんかけ (豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ) 人参とじゃがいものスープ	全がゆ 豆腐のあんかけ きゅうりのあえ物 (豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ) 人参とじゃがいものスープ	中華風そぼろあんかけ丼 きゅうりの塩昆布和え 中華スープ(あさり・たけのこなし)
朝おやつ 3時おやつ	豆乳・オレンジ スキムミルク カリカリいりこ きなこクリームサンド	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 豆乳・オレンジ 麦茶 きなこ蒸しパン	歯ぐきで噛む・肉団子状 豆乳・オレンジ 麦茶 きなこ蒸しパン
3月9日(木)	カレーライス から揚げ フライドポテト ヨーグルトサラダ プリン	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト キャベツペースト さつまいもペースト	7分がゆ ささみとじゃがいものやわらか煮 (ささみ・じゃがいも・人参) キャベツのスープ (キャベツ・玉ねぎ)	全がゆ 鶏肉とじゃがいもの煮物 (鶏肉・じゃがいも・人参) キャベツのサラダ (キャベツ・きゅうり・みかん缶) わかめスープ(わかめ・玉ねぎ) ゼリー	金芽米 チキンソテー こふき芋 ヨーグルトサラダ わかめスープ(わかめ・玉ねぎ) ゼリー
朝おやつ 3時おやつ	コンク・ポーロ カルピス いちごケーキ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・ポーロ 麦茶 いちごケーキ	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・ポーロ 麦茶 いちごケーキ

月日	献立	初期	中期	後期	完了期
3月10日(金)	金芽米 卵と牛肉の中華炒め カリフラワーとブロッコリーのサラダ わかめスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト ブロッコリーペースト 人参ペースト	7分がゆ ささみとほうれん草の煮物 カリフラワーとブロッコリーの煮物 玉ねぎと人参のスープ	全がゆ 牛ミンチと野菜の煮物 (牛ミンチ・玉ねぎ・人参・もやし・ほうれん草) カリフラワーとブロッコリーのサラダ わかめスープ(わかめ・玉ねぎ)	金芽米 牛肉の中華炒め カリフラワーとブロッコリーのサラダ わかめスープ
朝おやつ 3時おやつ	豆乳・パイン缶 牛乳 丸ボーロ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3月18日(土)	そうめんちり かぼちゃのごま和え オレンジ	おじや (人参・大根・かぼちゃ・白菜)	おじや (ささみ・人参・大根・かぼちゃ・白菜・玉ねぎ) オレンジ	おじや (ささみ・人参・大根・かぼちゃ・白菜・玉ねぎ) オレンジ	おじや (ささみ・人参・大根・かぼちゃ・白菜・玉ねぎ) オレンジ
朝おやつ 3時おやつ	コンク・ポーロ 牛乳 メロンパン	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3月13日(月)	金芽米 鮭のパン粉 ほうれん草とコーンのバター醤油炒め ミネストローネスープ いちご	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト ほうれん草ペースト トマトペースト	7分がゆ 煮魚 ほうれん草のくたくた煮 トマトスープ (トマト・人参・玉ねぎ・キャベツ・じゃがいも) いちご	全がゆ 煮魚 ほうれん草のくたくた煮 トマトスープ(グリーンピース・トマト・ 人参・玉ねぎ・キャベツ・じゃがいも) いちご	金芽米 鮭のパン粉 ほうれん草とコーンのバター醤油炒め ミネストローネスープ(あさりなし) いちご
朝おやつ 3時おやつ	豆乳・オレンジ スキムミルク カリカリいりこ チーズ蒸しパン	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3月14日(火)	金芽米 春雨と野菜の炒め煮 ささみのレモン酢和え ワタンスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	7分がゆ ささみと野菜の煮物 (ささみ・玉ねぎ・人参) ほうれん草のスープ (ほうれん草・玉ねぎ)	全がゆ 春雨と野菜の煮物 (牛豚ミンチ・春雨・玉ねぎ・人参・キャベツ) きゅうりとささみの和え物 ほうれん草のスープ(ほうれん草・玉ねぎ)	金芽米 春雨と野菜の炒め煮 ささみのレモン酢和え 野菜スープ
朝おやつ 3時おやつ	コンク・黄桃缶 スキムミルク カリカリいりこ おふのラスク・オレンジ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3月15日(水)	金芽米 とん平風オムレツ ひじきとじゃこのきんぴら 大根の味噌汁	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト キャベツペースト 大根ペースト	7分がゆ 鶏ミンチとキャベツの煮物 (鶏ミンチ・キャベツ・人参) 大根の味噌汁(大根・玉ねぎ・人参)	全がゆ 豚ミンチとひじきの煮物 (豚ミンチ・キャベツ・人参・) 大根の味噌汁(大根・玉ねぎ・人参)	金芽米 とん平風オムレツ(卵なし) ひじきとじゃこのきんぴら 大根の味噌汁
朝おやつ 3時おやつ	豆乳・バナナ スキムミルク カリカリいりこ ブルーベリージャムサンド	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3月16日(木)	減塩パン てりやきチキン 大豆のコロコロサラダ 白菜スープ オレンジ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 白菜ペースト 人参ペースト	7分がゆ 鶏ミンチの煮物 (鶏ミンチ・玉ねぎ) 白菜スープ(白菜・人参) オレンジ	全がゆ 鶏肉の煮物 (鶏肉・玉ねぎ) 白菜スープ(白菜・人参) オレンジ	金芽米 てりやきチキン 大豆のコロコロサラダ 白菜スープ オレンジ
朝おやつ 3時おやつ	コンク・パイン缶 スキムミルク カリカリいりこ 洋風きのこおじや	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3月17日(金)	金芽米 白身魚の変わりソース 和風サラダ はな麩すまし汁	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト キャベツペースト 人参ペースト	7分がゆ 魚のトマト煮 キャベツの煮物 玉ねぎのスープ	全がゆ 魚のトマト煮 キャベツの煮物 玉ねぎのスープ	金芽米 白身魚の変わりソース 和風サラダ はな麩すまし汁
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・オレンジ スキムミルク カリカリいりこ チョコチップクッキー	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3月24日(金)	金芽米 ウインナーオムレット ひじきと小松菜のサラダ たっぷり野菜のスープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト じゃがいもペースト	7分がゆ ささみとじゃがいもの煮物 野菜スープ (玉ねぎ・人参・小松菜)	全がゆ 鶏肉とじゃがいもの煮物 野菜スープ (玉ねぎ・人参・小松菜・コーン)	金芽米 ウインナーオムレット(卵なし) ひじきと小松菜のサラダ(かにこまなし) たっぷり野菜のスープ
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・甘夏缶 スキムミルク カリカリいりこ 豆腐ドーナツ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状
3月27日(月)	金芽米 ハヤシライス ポテトサラダ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト じゃがいもペースト	7分がゆ 鶏ミンチと野菜のトマト煮 (鶏ミンチ・トマト・玉ねぎ・) 人参とじゃがいものスープ	全がゆ 牛ミンチと野菜のトマト煮 (鶏ミンチ・トマト・玉ねぎ・) 人参とじゃがいものスープ	金芽米 ハヤシライス ポテトサラダ
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・甘夏缶 オレンジジュース プリンアラモード	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状	歯ぐきで噛む・肉団子状