



2025年3月 離乳食献立表



完了食		完了食		完了食		完了食					
1日	昼食	チャーハン(ご飯・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン) 豆腐スープ(豆腐・もやし・にら) バナナ	8日	昼食	豚汁うどん(うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・白菜・大根・しいたけ・ねぎ・油揚げ) じゃが芋の煮物(じゃが芋・人参・玉ねぎ・いんげん) バナナ	15日	昼食	豚肉のみそ丼(豚肉・玉ねぎ・ピーマン・チンゲン菜) もやしスープ(もやし・人参) バナナ	24日	昼食	ご飯 鶏肉のマーメレード焼き バスタサラダ(スパゲッティ・きゅうり・キャベツ・人参) コーンスープ(クリームコーン・コーン・玉ねぎ)
	午後	ジャムサンド(食パン・りんごジャム) 牛乳		午後	ツナとえのきのおにぎり(なめたけ・ツナ) 牛乳		午後	おにぎり(塩こんぶ) 牛乳		午後	おにぎり(菜飯) 牛乳
3日	昼食	散らし寿司(人参・干しいたけ・卵・絹さや)(でんぶ・かんぴょう抜き) 鶏肉の照り焼き キャベツの和え物(キャベツ・人参・ちくわ)(なばな抜き) 麩のすまし汁(えのき・大根・ねぎ・麩)	10日	昼食	ご飯 豚肉の香味焼き(豚肉・もやし・ねぎ) 大根とツナのサラダ みそ汁(なめこ・豆腐・ねぎ)	17日	昼食	ご飯 高野豆腐の卵とじ(高野豆腐・卵・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・小松菜) ゆかり和え(キャベツ・もやし・人参・きゅうり) みそ汁(だいこん・油揚げ)	25日	昼食	ご飯 鮭の西京焼き 切干大根の旨煮(切干大根・人参・油揚げ) かき玉汁(卵・ほうれん草・ねぎ)
	午後	蒸しパン・バナナ 牛乳		午後	お好み焼き(キャベツ・ツナ) 牛乳		午後	いちごジャムサンド(食パン・いちごジャム) 牛乳		午後	蒸しパン 牛乳
4日	昼食	ご飯 佐那河(さなごち)揚げ コーンスローサラダ(キャベツ・人参・コーン) 豆腐みそ汁(わかめ・豆腐・ねぎ)	11日	昼食	ご飯 かわいいのパン粉焼き 小松菜のソテー(小松菜・玉ねぎ・もやし・しめじ・コーン) みそ汁(じゃが芋・たまねぎ・人参)	18日	昼食	ご飯 シェウマイ(豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・シェウマイの皮) スタミナ納豆(納豆・鶏ひき肉・ニラ) 和風サラダ(キャベツ・きゅうり・人参) みそ汁(もやし・えのき・わかめ)	26日	昼食	カレーライス(ご飯・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・カレールウ) コロコロサラダ(きゅうり・大根・人参・コーン) バナナ
	午後	牛乳もち 麦茶		午後	あげぼん(コッペパン・きな粉) 牛乳		午後	チュロス(ココア抜き) 牛乳		午後	シュガートースト 牛乳
5日	昼食	ご飯 家畜豆腐(生揚げ・豚肉・人参・ピーマン・たけのこ・干しいたけ) さつまいもチーズ焼き(さつまいも・人参・玉ねぎ・チーズ)(ウインナーソーセージ抜き) すまし汁(大根・麩・わかめ)	12日	昼食	ご飯 チキンナゲット(鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ) カミカミサラダ(茹で大豆・チーズ・きゅうり・人参・じゃがいも) みそ汁(キャベツ・玉ねぎ・人参)	19日	昼食	ドリア(ご飯・鶏肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・チーズ) ブロッコリーの三色サラダ(ブロッコリー・人参・コーン) きのこのスープ(えのき・しめじ・玉ねぎ・人参・絹さや)	27日	昼食	ご飯 マーボーなす(なす・豚ひき肉・人参・豆腐・ねぎ) わかめサラダ(わかめ・きゅうり・もやし・人参) 中華スープ(チンゲン菜・人参・玉ねぎ)
	午後	おこわおにぎり(鶏ひき肉・人参・干しいたけ) 牛乳		午後	バナナケーキ 牛乳		午後	肉まん(豚ひき肉・ねぎ・しいたけ・たけのこ) 牛乳		午後	五平餅 牛乳
6日	昼食	ごはん マーボー豆腐(豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・ねぎ) もやしの中華風和え物(もやし・人参・小松菜) みそ汁(はくさい・油あげ・人参)	13日	昼食	食パン(いちごジャム) ハンバーグ(豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐) ブロッコリーのソテー(ブロッコリー・人参) フライドポテト コンソメスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	21日	昼食	わかめご飯 鶏のから揚げ はるさめサラダ(春雨・きゅうり・人参・もやし) 野菜スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	28日	昼食	ラーメン(中華麺・豚ひき肉・キャベツ・玉ねぎ・人参) 松風焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	スイートポテト 牛乳		午後	おにぎり(鮭) 牛乳		午後	チャーハン(豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン) 牛乳		午後	豆腐ドーナツ 牛乳
7日	昼食	コーンご飯 豚肉のしょうが焼き(豚肉・玉ねぎ) マカロニサラダ(マカロニ・きゅうり・人参・玉ねぎ) みそ汁(大根・玉ねぎ・わかめ)	14日	昼食	ご飯 厚揚げのケチャップ煮(生揚げ・豚ひき肉・玉ねぎ・コーン・じゃが芋) 白菜と春雨の中華サラダ(白菜・人参・春雨・きゅうり・ツナ) 野菜スープ(チンゲン菜・えのき・わかめ)	22日	昼食	チキンピラフ(鶏ひき肉・玉ねぎ・ピーマン・人参) コンソメスープ(じゃが芋・人参・玉ねぎ) バナナ	29日	昼食	スタミナ丼(ご飯・豚肉・人参・もやし・ニラ) 野菜サラダ(キャベツ・きゅうり・人参) オレンジ
	午後	フルーツポンチ(粉寒天・パイナップル缶・もも缶・みかん缶・バナナ) 牛乳		午後	ホットケーキフルーツ添え(バナナ・みかん缶) 牛乳		午後	きなこケーキ 牛乳		午後	おにぎり(コーンバター) 牛乳
								31日	昼食	ご飯 高野豆腐のみそチー焼き(高野豆腐・チーズ) きのこのバター醤油炒め(しめじ・エリンギ・しいたけ・人参・コーン) 豚汁(豚肉・大根・人参・ごぼう・ねぎ)	
									午後	おにぎり(わかめ) 牛乳	