



2025年3月 離乳食献立表



白岡みちのこ保育園

		完了食	後期食
02(月)	昼食	御飯 マーボー豆腐 シルバーサラダ 中華スープ	軟飯 豚ひき肉のそぼろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(玉ねぎ・きゅうり) スープ(大根・人参)
	午後	おにぎり(菜飯) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶
03(火)	昼食	ちらし寿司 塩から揚げ キャベツとちくわの和え物 すまし汁(なばな抜き)	軟飯 鶏の照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	ひなまつりケーキ(豆乳ホイップ・抹茶・ひなあられ抜き) 牛乳	ホットケーキ 麦茶
04(水)	昼食	御飯 さわらのオーロラソースがけ 野菜炒め みそ汁	軟飯 かれのいの照り焼き 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・小松菜)
	午後	カレートースト 牛乳	トースト 麦茶
05(木)	昼食	カレーライス(麦抜き) コンソメスープ フルーツヨーグルト	軟飯 豚肉の軟煮(大根・玉ねぎ・人参) スープ(チンゲン菜・人参) バナナ
	午後	大学芋(ごま) 牛乳	大学芋(ごま) 麦茶
06(金)	昼食	菜飯おにぎり 鶏の照り焼き みそ汁 バナナ	軟飯 鶏の照り焼き スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	マーブルクッキー(ココア抜き) 牛乳	マーブルクッキー(ココア抜き) 麦茶
07(土)	昼食	豚肉のみそ丼 中華スープ 牛乳ゼリー	軟飯 豚肉の軟煮(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) スープ(大根・人参) バナナ
	午後	ちんすこう 牛乳	ちんすこう 麦茶
09(月)	昼食	御飯 たらのちゃんちゃん焼き 根菜の煮物 みそ汁	軟飯 たらの照り焼き スティック野菜(大根・人参) スープ(じゃがいも・玉ねぎ)
	午後	シュガーラスク 牛乳	シュガーラスク 麦茶
10(火)	昼食	肉みそバゲティ 野菜ソテー コンソメスープ	やわらかスバゲティ(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(玉ねぎ・ほうれん草) スープ(かぶ・かぶの葉)
	午後	ちまき風おにぎり(オイスターソース抜き) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶
11(水)	昼食	御飯 ナゲット(豆腐) かぼちゃサラダ 豚汁	軟飯 ナゲット(にんにく・ケチャップ抜き) かぼちゃ軟煮 スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	レモンケーキ 牛乳	ホットケーキ 麦茶
12(木)	昼食	御飯 豚肉の生姜焼き もやしの磯和え みそ汁(赤みそ)	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ・キャベツ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(なす・玉ねぎ)
	午後	マカロニナポリタン 牛乳	マカロニの軟煮(玉ねぎ) 麦茶
13(金)	昼食	御飯 鶏肉とじゃがいものさっぱり煮 キャベツと豆腐のごま和え みそ汁	軟飯 鶏肉の軟煮(大根・人参) キャベツと豆腐のごま和え スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	小松菜のスコーン 牛乳	小松菜のスコーン 麦茶
14(土)	昼食	けんちんうどん かぼちゃの煮物 バナナ	やわらかうどん(鶏肉・大根・人参) かぼちゃの軟煮 バナナ
	午後	おにぎり(塩こんぶ) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶

※野菜スティックが毎日つきます
※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉です。

		完了食	後期食
16(月)	昼食	食パン ポークビーンズ キャベツのごま和え クラムチャウダー	食パン 豚肉の軟煮(玉ねぎ・人参・トマト) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(白菜・玉ねぎ)
	午後	おにぎり(ツナとおかか) 牛乳	軟飯(ツナとおかか) 麦茶
17(火)	昼食	わかめ御飯 千草卵焼き れんこんのきんぴら みそ汁(赤みそ)	軟飯 鶏ひき肉のそぼろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・小松菜) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	じゃがいもボンデケーキ 牛乳	じゃがいもボンデケーキ(コンソメ抜き) 麦茶
18(水)	昼食	御飯 厚揚げのカレー炒め 白菜とささみ和え コンソメスープ	軟飯 豚肉のそぼろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(白菜・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	蒸しパン 牛乳	蒸しパン 麦茶
19(木)	昼食	御飯 鮭のおろし焼き 炒り豆腐 みそ汁	軟飯 さけの照り焼き 野菜の軟煮(人参・玉ねぎ・ひじき) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	みたらしきな粉プリン 牛乳	トースト 麦茶
21(土)	昼食	カレーライス わかめスープ りんごゼリー	軟飯 豚肉の軟煮(じゃがいも・玉ねぎ・人参) スープ(人参・玉ねぎ) バナナ
	午後	パンケーキ 牛乳	パンケーキ 麦茶
23(月)	昼食	御飯 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ みそ汁(赤みそ)	軟飯 鶏肉の照り焼き マカロニの軟煮(きゅうり・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
	午後	スイートポテト 牛乳	スイートポテト 麦茶
24(火)	昼食	スタラーメン(オイスターソース抜き) かぼちゃの甘煮 ぶどうゼリー	やわらかラーメン(玉ねぎ・人参) かぼちゃの軟煮 バナナ
	午後	おにぎり(チーズ・人参) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶
25(水)	昼食	御飯 かれのいのパン粉焼き ブロッコリーのソテー 野菜スープ	軟飯 かれのいの照り焼き 野菜の軟煮(ブロッコリー・じゃがいも) スープ(大根・玉ねぎ・人参)
	午後	ちぢみ 牛乳	ちぢみ(にら・中華だし抜き) 麦茶
26(木)	昼食	オムライス ミートローフ 具沢山スープ オレンジ	軟飯(人参) ミートローフ(いんげん・ソース抜き) スープ(かぶ・かぶの葉) オレンジ
	午後	ケーキサレ 牛乳	ケーキサレ(パプリカ抜き) 麦茶
27(金)	昼食	御飯 ホイコーロー わかめサラダ みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(キャベツ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・チンゲン菜)
	午後	コーンマヨトースト 牛乳	トースト 麦茶
28(土)	昼食	スタミナ丼 野菜スープ バナナ	軟飯 豚肉の軟煮(人参・キャベツ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	おにぎり(ゆかり) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶
30(月)	昼食	ミートドリア(麦抜き) 白菜サラダ 野菜スープ	軟飯 豚ひき肉のそぼろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(白菜・ツナ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	にんじんドーナツ 牛乳	にんじんドーナツ 麦茶
31(火)	昼食	御飯 家常豆腐 さつまいものチーズ焼き みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(人参・玉ねぎ) さつまいもの軟煮 スープ(キャベツ・人参)
	午後	きなこトースト 牛乳	きなこトースト 麦茶