

2019年 3月 離乳食献立表 アップルナースリー保育園

		前期	中期	後期 完了期
1	金	10倍粥、鶏肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	散らし寿司、鶏肉の香味焼き、 ブロッコリーのおかか和え、すまし汁
2・16・30	土	10倍粥、魚の煮付け、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、タラの煮付け、 チンゲン菜のお浸し、すまし汁
4	月	10倍粥、豚肉の旨煮、 大根煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の旨煮、 大根煮、すまし汁	焼きそば、大根サラダ、 トマト、卵スープ
5	火	10倍粥、鶏肉の煮物、 白菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 白菜の煮浸し、みそ汁	納豆ご飯、筑前煮、 いんげんの胡麻和え、みそ汁
6	水	10倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	ひじきご飯、タラのみそマヨ焼き、 ほうれん草の和え物、すまし汁
7	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 キャベツの煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉のマーマレード焼き、 マカロニサラダ、みそ汁
8	金	10倍粥、豚肉とじゃが芋の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉とじゃが芋の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	カレーライス、ブロッコリーのツナ和え、 トマト、コンソメスープ
9・23	土	10倍粥、豚肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	軟飯、豚肉のしょうが焼き、 ほうれん草のお浸し、みそ汁
11	月	10倍粥、豆腐煮、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豆腐煮、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、厚焼き玉子、 五色和え、すまし汁
12	火	10倍粥、豚肉と大根の旨煮、 小松菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉と大根の旨煮、 小松菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、豚肉と大根の旨煮、 小松菜の磯辺和え、みそ汁
13	水	10倍粥、魚の煮付け、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	ロールパン、サーモンシチュー、 ブロッコリーサラダ、コンソメスープ
14	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉の中華焼き、 ほうれん草のナムル、中華スープ
15	金	10倍粥、豚肉の煮物、 じゃが芋煮、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物、 じゃが芋煮、みそ汁	豚丼、ポテトサラダ、 トマト、みそ汁
18	月	10倍粥、豆腐の煮物、 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豆腐の煮物、 キャベツの煮浸し、すまし汁	軟飯、厚揚げと鶏肉の甘辛炒め、 春キャベツのしらす和え、中華スープ
19	火	10倍粥、豚肉の旨煮、 南瓜の煮物、みそ汁	5倍粥、豚肉の旨煮、 南瓜の煮物、みそ汁	軟飯、豚肉のスタミナ炒め、 南瓜のいとこ煮、みそ汁
20	水	10倍粥、魚の煮付け、 大根煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 大根煮、すまし汁	軟飯、かじきのさっぱりソース、 大根とチンゲン菜の和え物、すまし汁
22	金	10倍粥、鶏肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	ケチャップライス、鶏のから揚げ、 カラフルサラダ、コーンスープ
25	月	10倍粥、鶏肉の煮物、 小松菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 小松菜の煮浸し、みそ汁	ご飯、鶏のつくね、 小松菜の炒め物、みそ汁
26	火	10倍粥、豚肉の旨煮、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の旨煮、 チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、チンジャオロース、 チンゲン菜の和え物、中華スープ
27	水	10倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、すまし汁	軟飯、サバのみそ煮、 きゅうりとわかめの酢の物、すまし汁
28	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	煮込みうどん、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し	けんちんうどん、鶏肉の照り焼き、 ブロッコリーの和風マヨ和え
29	金	10倍粥、豚肉の煮物、 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 キャベツの煮浸し、すまし汁	三色どんぶり、キャベツとりんごのサラダ、 じゃが芋の包み揚げ

* 食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

* 個人に合った食材・大きさに刻み提供します。

* 昼食は果物が付きます。

* アレルギーのある子には除去・代替食品を使用します。

卵→タンパク質(肉・魚・大豆等) 牛乳を含む献立・菓子類→ミルクノンウエハース・ミルクノンビスケット等

