

3月 離乳食 献立表



令和6年

きららうえばる保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	果物	おやつ (3回食から)	※	
		ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)						※ 食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
1	金	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し	ブロッコリーペースト 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	ヨーグルトあえ		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮	ブロッコリーつぶし煮 豆腐のすまし汁	オレンジ			
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮	ブロッコリーの軟らか煮 豆腐のすまし汁				
2	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し	さつま芋ペースト 野菜スープ	バナナ果汁	鶏おじや		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮	さつま芋のつぶし煮 鶏汁	バナナ	野菜スープ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮	さつま芋の煮物 鶏汁				
4	月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し	トマトペースト オニオンスープ	りんご果汁	ささみ粥		
		中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮	つぶしサラダ オニオンスープ	煮りんご	レタススープ		
		後期	軟飯 ささみの野菜煮	サラダ オニオンスープ				
5	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し	ブロッコリーペースト オニオンスープ	オレンジ果汁	トマトパンケーキ		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮	ブロッコリーつぶしサラダ みそ汁	オレンジ			
		後期	軟飯 魚の野菜煮	ブロッコリーサラダ みそ汁				
6	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し	人参ペースト すましスープ	バナナ果汁	鮭おにぎり		
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮	胡瓜のおろしあえ つぶしうどん汁	バナナ			
		後期	軟飯 鶏肉の煮物	胡瓜の和え物 うどん汁				
7	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し	人参ペースト 白菜スープ	りんご果汁	りんごパンケーキ		
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮	人参つぶし煮 白菜のみそ汁	煮りんご			
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮	人参きんぴら 白菜のみそ汁				
8	金	初期	つぶし粥 魚のすり流し	ナムルマッシュ 豆腐のすり流し汁	りんご果汁	にゅうめん		
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮	つぶしナムル 豆腐のみそ汁	煮りんご			
		後期	軟飯 鶏肉の煮物	ナムル 豆腐のみそ汁				
9	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し	トマトペースト 白菜スープ	バナナ果汁	トマトおじや		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮	つぶしサラダ 白菜のみそ汁	バナナ	野菜スープ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮	サラダ 白菜のみそ汁				
11	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト	南瓜サラダマッシュ すましスープ	りんご果汁	南瓜おやき		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮	南瓜つぶしサラダ ゆし豆腐	煮りんご			
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮	南瓜サラダ ゆし豆腐				
12	火	初期	つぶし粥 白身魚とトマトのすり流し	じゃが芋ペースト 白菜スープ	オレンジ果汁	鮭おじや		
		中期	全粥 鮭とトマトのつぶし煮	じゃが芋つぶし煮 白菜のみそ汁	オレンジ	野菜スープ		
		後期	軟飯 鮭のトマト煮	じゃが芋の煮物 白菜のみそ汁				
13	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し	豆腐のすり流し じゃが芋スープ	バナナ果汁	みそおにぎり		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮	豆腐のつぶし煮 じゃが芋スープ	バナナ			
		後期	軟飯 魚の野菜煮	豆腐の煮物 じゃが芋スープ				
14	木	初期	つぶし粥 ミルク煮ペースト	大根サラダマッシュ 南瓜スープ	りんご果汁	ササミおじや		
		中期	全粥 つぶしミルク煮	大根つぶしサラダ 南瓜スープ	煮りんご	じゃが芋スープ		
		後期	軟飯 ミルク煮	大根サラダ 南瓜スープ				
15	金	お弁当会						
16	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し	ポテトサラダマッシュ 大根スープ	バナナ果汁	おじや		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮	つぶしポテトサラダ 大根のみそ汁	バナナ	じゃが芋スープ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮	ポテトサラダ 大根のみそ汁				
18	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト	南瓜マッシュ オニオンスープ	オレンジ果汁	鶏粥		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮	南瓜の煮物 オニオンスープ	オレンジ	オニオンスープ		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮	南瓜の煮物 オニオンスープ				
19	火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し	さつま芋ペースト すましスープ	バナナ果汁	さつま芋パンケーキ		
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮	さつま芋の煮物 ゆし豆腐	バナナ			
		後期	軟飯 魚のトマト煮	さつま芋の煮物 ゆし豆腐				
21	木	初期	つぶし粥 魚のすり流し	南瓜ペースト すましスープ	オレンジ果汁	人参パンケーキ		
		中期	全粥 魚のつぶし煮	胡瓜のおろしあえ ソーメン汁	オレンジ			
		後期	軟飯 魚の煮つけ	ワカメと胡瓜の和え物 ソーメン汁				
22	金	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し	ほうれん草の和え物マッシュ すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや		
		中期	全粥 豆腐の野菜つぶし煮	ほうれん草のつぶしあえ つぶしうどん汁	オレンジ	ほうれん草スープ		
		後期	軟飯 豆腐の野菜の煮	ほうれん草の和え物 うどん汁				
23	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し	さつま芋ペースト 小松菜スープ	バナナ果汁	ツナおじや		
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶしあんかけ	さつま芋つぶしサラダ 小松菜のみそ汁	バナナ	豆腐のすまし汁		
		後期	軟飯 豆腐のあんかけ	さつま芋サラダ 小松菜のみそ汁				
25	月	初期	つぶし粥 魚のミルク煮すり流し	大根ペースト オニオンスープ	オレンジ果汁	キャロット		
		中期	全粥 鶏肉のつぶしミルク煮	野菜つぶしサラダ オニオンスープ	オレンジ	パンケーキ		
		後期	軟飯 鶏肉のミルク煮	野菜サラダ オニオンスープ				
26	火	初期	つぶし粥 野菜ペースト	和え物マッシュ すましスープ	りんご果汁	豆腐パンケーキ		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮	つぶし和え物 ソーメン汁	煮りんご			
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮	和え物 ソーメン汁				
27	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し	南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	南瓜おやき		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮	南瓜の煮物 大根スープ	バナナ			
		後期	軟飯 魚の野菜煮	南瓜の煮物 大根スープ				
28	木	初期	つぶし粥 魚のすり流し	和え物マッシュ 大根スープ	りんご果汁	にゅうめん		
		中期	全粥 魚のつぶしミルク煮	つぶし和え物 大根のみそ汁	煮りんご			
		後期	軟飯 魚のミルク煮	和え物 大根のみそ汁				
29	金	新年度準備の為給食はありません						
30	土	新年度準備の為給食はありません						

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。
 ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。
 ※ 20日(水)は春分の日でお休みです。