

令和5年3月 離乳食予定献立表

きりん保育園

月	火	水	木	金	土
		1 お粥 チキンの柔らかか煮 野菜の煮物 かつおだし汁 コーン雑炊 りんご 米 鶏もも肉 キャベツ 大根 人参 玉葱 じゃが芋 マカロニ 胡瓜 りんご ホールコーン缶 かつお節	2 お粥 煮魚 豆腐と野菜の煮物 里芋のみそ汁 菜の花雑炊 みかん 米 白身魚 沖縄豆腐 キャベツ 人参 豚肉 里芋 玉葱 わかめ かつお節 みかん 菜の花 ホールコーン缶	3 のり粥 煮魚 大根とチキンの煮物 かつおだし汁 野菜雑炊 いちご 米 きざみのり 胡瓜 鶏挽き肉 乾しいたけ 人参 白身魚 鶏もも肉 大根 いんげん かつお節 いちご	4 お粥 豚肉の柔らかか煮 野菜の煮込み 絹ごし豆腐のすまし汁 野菜雑炊 バナナ 米 豚肉 玉葱 にんじん キャベツ しめじ 絹ごし豆腐 ねぎ かつお節 バナナ
	6 お粥 煮魚 白菜煮込み さつま芋の味噌汁 野菜雑炊 バナナ 米 赤魚 白菜 豚肉 人参 生しいたけ さつま芋 玉葱 ねぎ かつお節 バナナ	7 お粥 煮奴 大根煮物 沖縄そば煮込み汁 さつま芋雑炊 りんご ゆで沖縄そば 米 絹ごし豆腐 玉葱 人参 かつお節 ねぎ 大根 胡瓜 りんご ブロッコリー さつま芋	8 のり粥 豆腐煮物 野菜煮物 ほうれん草の味噌汁 コーン雑炊 みかん 米 きざみのり 沖縄豆腐 豚挽き肉 いんげん 人参 ほうれん草 ホールコーン缶 かつお節 みかん	9 お粥 豆腐煮物 カラフル煮物 豚汁 野菜雑炊 ブルーヨーグルト 米 沖縄豆腐 人参 乾しいたけ 鶏挽き肉 あおりの粉 大根 赤ピーマン 黄ピーマン 豚肉 ごぼう 玉葱 かつお節 ブルー ブレンヨーグルト	10 お粥 豚肉のブルー煮 じゃが芋煮物 豆腐の味噌汁 野菜雑炊 みかん 米 豚肉 玉葱 ブルー 赤ピーマン じゃが芋 人参 胡瓜 絹ごし豆腐 ねぎ かつお節 みかん
13 お粥 チキンの柔らかか煮 大根煮物 かつおだし 野菜雑炊 バナナヨーグルト 米 鶏もも肉 玉葱 人参 じゃが芋 セロリー 大根 バナナ ブレンヨーグルト	14 お粥 煮魚 豆腐とからし菜の煮込み 大根のみそ汁 南瓜雑炊 みかん 米 白身魚 沖縄豆腐 からし菜 人参 大根 豚肉 乾しいたけ ねぎ かつお節 みかん 南瓜	15 お粥 豚肉とレバーの煮込み 野菜煮物 ゆしどうふ味噌汁 野菜雑炊 りんご 米 豚レバー 豚肉 玉葱 人参 ピーマン 茄子 ゆし豆腐 かつお節 ねぎ りんご	16 お弁当  赤ちゃん菓子 バナナ	17 お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁 さつま芋雑炊 ブルーヨーグルト 米 鮭 玉葱 豚肉 キャベツ 人参 ねぎ かつお節 ブルー さつま芋 ブレンヨーグルト	18 お粥 豚肉と野菜の煮込み じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 バナナ 米 豚肉 玉葱 キャベツ 人参 もやし ねぎ あおりの粉 じゃが芋 かつお節 バナナ
20 お粥 煮奴 南瓜甘煮 ほうれん草のみそ汁 野菜雑炊 バナナ 米 絹ごし豆腐 合挽き肉 玉葱 レタス トマト 南瓜 ほうれん草 かつお節 バナナ	21 春分の日 	22 お粥 煮奴 レバーと野菜の煮込み かつおだし汁 野菜雑炊 ぶどうヨーグルト 米 絹ごし豆腐 合挽き肉 鶏レバー 玉葱 人参 ピーマン 胡瓜 ブレンヨーグルト ぶどう かつお節	23 お粥 魚のみぞれ煮 野菜煮物 ごぼうの味噌汁 野菜雑炊 りんご 米 白身魚 大根 人参 玉葱 豚肉 鶏もも肉 ごぼう ねぎ かつお節 りんご	24 お粥 煮魚 ブロッコリー煮物 かつおだし汁 野菜雑炊 さつま芋マッシュ 米 鮭 人参 玉葱 さつま芋 ブロッコリー 豚肉 乾しいたけ かつお節 ねぎ	25 お粥 煮奴 スパゲティー煮込み わかめのすまし汁 野菜雑炊 ブルー 米 絹ごし豆腐 スパゲティー 合挽き肉 玉葱 セロリー 人参 ピーマン わかめ ねぎ かつお節 ブルー
27 お粥 豚肉の柔らかか煮 ブロッコリー煮物 白菜の味噌汁 野菜雑炊 フルーツヨーグルト 米 豚肉 玉葱 セロリー ブロッコリー 人参 鶏もも肉 白菜 わかめ かつお節 みかん ブレンヨーグルト バナナ	28 お粥 煮魚 ピーマン煮物 ワカメと絹豆腐の味噌汁 芋雑炊 バナナ 米 白身魚 生しいたけ 人参 玉葱 豚肉 もやし ピーマン 黄ピーマン わかめ 絹ごし豆腐 かつお節 バナナ さつま芋	29 お粥 チキンの柔らかか煮 大根の煮物 かつおだし汁 野菜雑炊 ブルー 米 鶏もも肉 玉葱 大根 ごぼう 人参 乾しいたけ ねぎ かつお節 ブルー	この一年子供たちは、たくさんの食材を食べて 心も体も大きく成長をしました 色々な味覚も経験しました、酸っぱい時、甘い時 苦い時の表情もとてもかわいかったです 今月は春の食材、楽しみましょうね！ 		

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。