



令和4年3月献立表(離乳食)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名		
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの
1 火	16 水	昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 ミートボール ナムル みかん缶	米 片栗粉 ごま、ごま油	みそ ミートボール ハム	キャベツ、にんじん もやし、ほうれんそう、にんじん みかん缶
		午後おやつ 牛乳 焼きプリンタルト	焼きプリンタルト	牛乳 牛乳	
2 水	17 木	昼食 御飯(軟飯・お粥) すまし汁 鶏肉のカレー焼き風 ひじきの煮物 バナナ	米 油、砂糖	鶏肉 さつま揚げ、油揚げ、大豆	はくさい、えのき にんじん、いんげん、ひじき バナナ
		午後おやつ 牛乳 パパロア(いちご)		牛乳 パパロアの素、牛乳	
3 木	☆ひなまつり給食☆	昼食 ちらし寿司 すまし汁 キャベツとささみのごまだれサラダ フルーツヨーグルト	米、砂糖 ごまドレッシング 砂糖	卵、鶏肉、桜でんぶ かまぼこ 鶏肉 ヨーグルト	にんじん、えだまめ こまつな キャベツ、にんじん、コーン みかん缶
		午後おやつ 牛乳 三色ゼリー		牛乳 三色ゼリー	
4 金	22 火	昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 白身魚のフライ ブロッコリーとトマトのサラダ みかん缶	米 焼ふ 油 フレンチドレッシング	みそ 白身魚のフライ ハム	にんじん、わかめ ブロッコリー、ミニトマト、コーン みかん缶
		午後おやつ 牛乳 ココア蒸しパン	ココア蒸しパン	牛乳 牛乳	
7 月	24 木	昼食 あんかけうどん シュウマイ 大根サラダ フルーツカクテルムース	うどん、片栗粉、砂糖 マヨネーズ	鶏肉 シュウマイ かにかまぼこ	はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ だいこん、にんじん、きゅうり フルーツカクテル缶
		午後おやつ 牛乳 豆乳ドーナツ	豆乳ドーナツ	牛乳 牛乳	
8 火		昼食 軟飯・お粥(おかからりかけ) みそ汁 さけの塩焼き 白菜とほうれん草の和え物 パインムース	米 和風ドレッシング	みそ、豆腐、油揚げ さけ ハム	ねぎ はくさい、ほうれんそう、にんじん パイン缶
		午後おやつ 牛乳 やわらかサブレ	やわらかサブレ	牛乳 牛乳	
9 水	18 金	昼食 パン粥・御飯(軟飯・お粥) ポークチュー にんじんシリシリ ぶどうゼリー	ロールパン 油、砂糖 ごま、ごま油	牛乳 豚肉 卵、ツナ	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム にんじん ぶどうゼリー
		午後おやつ お茶・麦茶 アスパラガスBABY	アスパラガスBABY	牛乳	
10 木	28 月	昼食 トマトスバゲティ コーンポタージュ 白菜のごま酢和え 洋なしムース	スバゲティ、油 クルトン 砂糖、ごま	ツナ 牛乳 ハム	トマト缶、ほうれん草、たまねぎ コーンポタージュの素 はくさい、にんじん、コーン 洋なし缶
		午後おやつ お茶・麦茶 メロンムース		メロンムース	
11 金	29 火	昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 肉団子の甘酢あん 小松菜とツナのあえもの りんごのコンポート	米 片栗粉、砂糖 砂糖	みそ 豚肉 ツナ	もやし、にんじん たまねぎ、ねぎ こまつな、にんじん りんご
		午後おやつ 野菜ジュース みかんゼリー			野菜ジュース みかんゼリー
14 月	31 木	昼食 御飯(軟飯・お粥) マカロニスープ チキンカツ ブロッコリーの三色サラダ みかん缶	米 マカロニ 油 フレンチドレッシング、マヨネーズ	ベーコン チキンカツ かにかまぼこ	キャベツ、たまねぎ、にんじん ブロッコリー、にんじん、コーン もも缶
		午後おやつ 牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳	
15 火	30 水	昼食 カレーライス オムレツ コールスローサラダ ももムース	米、じゃがいも、油 マヨネーズ、砂糖	豚肉 オムレツ ハム	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく キャベツ、にんじん、コーン もも缶
		午後おやつ 牛乳 蒸しパン(バナナ)	蒸しパン(バナナ)	牛乳 牛乳	
23 水	☆お誕生日給食☆	昼食 御飯(軟飯・お粥) コンソメスープ えびフライ ごぼうときゅうりのサラダ ストロベリーゼリー	米 油 マヨネーズ	エビフライ ベーコン	たまねぎ、にんじん、コーン ごぼう、きゅうり、にんじん、コーン ストロベリーゼリー
		午後おやつ ヤクルト ケーキ		ヤクルト ケーキ、生クリーム	

※おやつ 3月21日(月) カスタードワッフル
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。