

2025年3月

離乳食献立



淀白鳥保育園

日付		曜日	献立名	材料	おやつ
1	29	土	1 鶏ささみのおじや 2 ブロッコリーの和え物 3 すまし汁	米、鶏ささみ、玉ねぎ、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ブロッコリー、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	4 バナナ
3	17 31	月	1 おかゆ 2 鶏ささみの野菜煮 3 かぼちゃの煮物 4 すまし汁	米 鶏ささみ、人参、大根、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 かぼちゃ、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 ジャガ芋スティック ジャガ芋 ※3日・17日のみ
4	18	火	1 おかゆ 2 シチュー 3 ブロッコリーの和え物 4 すまし汁	米 鶏ミンチ、マカロニ、玉ねぎ、豆乳、片栗粉、しょうゆ（うすくち） ブロッコリー、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 バナナヨーグルト ヨーグルト、バナナ
5	19	水	1 おかゆ 2 豚ミンチと野菜煮 3 さつまいの煮付け 4 すまし汁	米 豚ミンチ、人参、玉ねぎ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 さつまい、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 チーズおじや 米、粉チーズ
6		木	1 おかゆ 2 鯛の煮付け 3 ひじきの煮物 4 すまし汁	米 鯛、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ひじき、にんじん、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 麩ラスク 麩
7	21	金	1 おかゆ 2 鶏ミンチとじゃが芋煮 3 ひじきとほうれんそうの和え物 4 すまし汁	米 鶏ミンチ、じゃが芋、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ひじき、ほうれんそう、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 バナナ
8	22	土	1 鶏ささみのおじや 2 小松菜の和え物 3 すまし汁	米、鶏ささみ、玉ねぎ、にんじん、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 小松菜、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	4 ジャがいもスティック ジャがいも
10	24	月	1 おかゆ 2 鮭の煮付け 3 さつまいの和え物 4 すまし汁	米 鮭、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 さつまい、人参、しめじ、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 きな粉マカロニ きな粉、マカロニ
11	25	火	1 おかゆ 2 鶏ミンチのわかめ煮 3 ジャが芋のツナ和え 4 すまし汁	米 鶏ミンチ、わかめ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 じゃが芋、ツナ、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 あおのりおじや 青のり、米
12	26	水	1 おかゆ 2 カレイの煮つけ 3 マカロニ和え 4 すまし汁	米 カレイ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 マカロニ、人参、きゅうり、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 キャベツのおやき キャベツ、豆腐、小麦粉
13	27	木	1 おかゆ 2 鶏ミンチのほうれんそう煮 3 ひじきと豆腐煮 4 すまし汁	米 鶏ミンチ、ほうれんそう、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 絹豆腐、ひじき、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 きなこヨーグルト きなこ、ヨーグルト
14	28	金	1 おかゆ 2 豚ミンチと野菜煮 3 南瓜煮 4 すまし汁	米 豚ミンチ、白菜、人参、しょうゆ（うすくち） 昆布だし汁 南瓜、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5 トマトトースト トマト、食パン
			主食は月齢により、すりつぶし・あらずり・軟飯等 ※月曜日から土曜日まで上記に6野菜ステック煮が付きます。 ※献立、材料は都合により変更することがありますのでご了承ください。		

