

令和4年度

3月

離乳食献立表







今月の目標:今年度を振り返ろう!


つわぶき園

月	13	27	火	14	28	水	1	15	29	木	2	16	金	3	17	土	4	18
*粥	白米		*粥	白米		*粥	白米			*粥	白米		*粥	白米		/		
*ささみと野菜の煮物	ささみ 人参 三度豆 だし(かつお・昆布)		*白身魚と野菜の煮物	白身魚 小松菜 玉ねぎ だし(かつお・昆布)		*しらすとじゃが芋の煮物	しらす じゃが芋 だし(かつお・昆布)			*鮭と野菜の煮物	生鮭 南瓜 玉ねぎ だし(かつお・昆布)		*豆腐と野菜の煮物	豆腐 チンゲン菜 だし(かつお・昆布)				
*野菜スープ	さつまい 玉ねぎ だし(かつお・昆布)		*野菜スープ	大根 人参 だし(かつお・昆布)		*野菜スープ	レタス ブロッコリー 人参 だし(かつお・昆布)			*野菜スープ	人参 キャベツ だし(かつお・昆布)		*野菜スープ	人参 玉ねぎ キャベツ だし(かつお・昆布)				
*きな粉バナナ	きな粉 バナナ		*人参オレンジ煮	人参 オレンジ		*ふかし芋	じゃが芋			*りんごのコンポート	りんご		*南瓜茶巾	南瓜				
月	6	20	火	7		水	8	22		木	9	23	金	10	24	土	11	
*粥	白米		*粥	白米		*粥	白米			*粥	白米		*粥	白米		/		
*ささみと野菜の煮物	ささみ ほうれん草 だし(かつお・昆布)		*鮭と野菜の煮物	生鮭 ブロッコリー 人参 だし(かつお・昆布)		*トマトシチュー	トマト 豚肉 人参 だし(かつお・昆布)			*豆腐と野菜の煮物	豆腐 アスパラガス だし(かつお・昆布)		*白身魚と野菜の煮物	白身魚 人参 だし(かつお・昆布)				
*野菜スープ	白菜 人参 玉ねぎ だし(かつお・昆布)		*コーンスープ	コーンクリーム缶 玉ねぎ だし(かつお・昆布)		*野菜の煮物	キャベツ きゅうり だし(かつお・昆布)			*野菜スープ	三度豆 人参 玉ねぎ だし(かつお・昆布)		*野菜スープ	大根 白菜 玉ねぎ だし(かつお・昆布)				
*さつまいミルク煮	さつまい 粉ミルク		*りんごコンポート	りんご		*南瓜茶巾	南瓜			*キャベツやわらか煮	キャベツ だし(かつお・昆布)		*りんごミルク煮	りんご 粉ミルク				

1年間をふりかえってみよう!

この1年間の食生活をふりかえって、できるようになった項目に色をぬってみよう!

朝食はきちんと 食べていますか?		「いただきます」 「ごちそうさま」 のあいさつは できていますか?		スプーンやおはしを 上手に持て 食べていますか?	
食事の前に手を 洗っていますか?		よくかんで 食べていますか?		いろいろな食べ物 食べるように挑戦 していますか?	

 はいいくつぬれましたか? 1つでも多くぬれるように心がけましょうね 😊