令和7年度　3月　離乳食献立表

今月の目標:1年間を振り返ろう

こども園つわぶきえん

※混合出汁の成分→かつお、さば、いわしの削り節

月 2 16	火 3 17	水 4 18	木 5 19	金 6	土 7
＊ご飯 白米 ＊ツナとブロッコリーの煮物 ツナ水煮缶 ブロッコリー しめじ だし(混合出汁・昆布) しょう油 みりん 塩 ＊味噌汁 油揚げ 白菜 人参 だし(混合出汁・昆布) こうじ味噌 ＊マカロニあべかわ マカロニ　きな粉	＊ご飯 白米 ＊チンゲン菜の煮物 ささみ チンゲン菜 人参 鶏がらだし しょう油 塩 ＊温々スープ 豚ミンチ もやし ニラ 鶏がらだし しょう油 塩 3日＊ほうれん草蒸しパン ほうれん草　小麦粉 豆乳　米油　塩 17日＊焼きバナナ バナナ	＊ご飯 白米 ＊ポトフ 豚肉 玉ねぎ 人参 だし(混合出汁・昆布) しょう油 塩 ＊ブロッコリーサラダ ブロッコリー キャベツ パプリカ だし(混合出汁・昆布) オリーブ油 塩 ＊南瓜サンド 食パン　南瓜	＊ご飯 白米 ＊麻婆豆腐 牛肉 豆腐 キャベツ だし(混合出汁・昆布) しょう油 みりん 塩 ＊味噌汁 大根 玉ねぎ 人参 だし(混合出汁・昆布) こうじ味噌 ＊コーンフレーク豆乳がけ コーンフレーク 豆乳	＊ご飯 白米 ＊ポークビーンズ 豚肉 水煮大豆 じゃがいも コンソメ しょう油 塩 ＊春雨スープ 春雨 ニラ 人参 鶏がらだし しょう油 塩 ＊お麩ラスク 麩　きな粉 オリーブ油	21日(土) 卒園式
月 9 23	火 10 24	水 11 25	木 12 26	金 13 27	土 14 28
＊ご飯 白米 ＊白身魚トロトロ煮 白身魚 小松菜 大根 だし(混合出汁・昆布) しょう油 みりん 塩 片栗粉 ＊豚汁 豚肉 人参 ねぎ だし(混合出汁・昆布) こうじ味噌 ＊人参グラッセ 人参　オリーブ油	＊ご飯 白米 ＊八宝菜 豚肉 白菜 人参 鶏がらだし しょう油 塩 片栗粉 ＊豆腐スープ 豆腐 玉ねぎ かぶ コンソメ しょう油 塩 ＊りんご寒天 りんご　寒天粉	＊ご飯 白米 ＊トマトシチュー 豚肉 玉ねぎ トマト だし(混合出汁・昆布) しょう油 塩 ＊レタスサラダ レタス 切干大根 きゅうり だし(混合出汁・昆布) オリーブ油 塩 ＊じゃがいもおやき じゃがいも ブロッコリー　塩	12日(木) (ちいおん お別れ会) 全園児　お弁当の日 12日おやつ ＊きな粉だんご 米　きな粉 26日(木) ・ 27日(金) 保育希望者のみ　お弁当の日 28日＊きな粉トースト 食パン　きな粉	＊ご飯 白米 ＊鮭と野菜の煮物 生鮭 玉ねぎ 南瓜 だし(混合出汁・昆布) しょう油 塩 ＊和風ネギストローネ 玉ねぎ キャベツ トマト だし(混合出汁・昆布) しょう油 塩 13日　＊ふかしいも さつまいも 27日　・パイナップル ・牛乳	

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!!

給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。		食事中はテレビなどを消して、会話を楽しみながら食べていますか。		食事の準備や後片づけのお手伝いをしていますか。	
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。		いろいろな食べ物を食べるように挑戦していますか。		1日3食を決まった時間にとっていますか。	

はいくつぬれましたか？ 1つでも多くぬれるよう 心がけましょうね☺