

3月



離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)		離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)	
		昼	使用食材一覧			昼	使用食材一覧
1	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのとりみ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・れんこん・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ	16	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 アスパラのポテトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・グリーンアスパラ・人参
2	土	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・人参・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト・砂糖	17	日	休園日 	
3	日	休園日 		18	月	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 かぼちゃのほっこり煮 みそ汁・フルーツ(不知火)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・味噌・不知火(しらぬい)
4	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・ほうれん草・りんご	19	火	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・れんこん・玉ねぎ・ワカメ・味噌
5	火	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・なす・味噌	20	水	休園日 	
6	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・コーン・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・出し汁・醤油・バナナ	21	木	かゆ 鶏肉とさつま芋のほくほく煮 ほうれん草と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・玉ねぎ・味噌
7	木	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・大根・人参・花ふ・ワカメ・味噌・オレンジ	22	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・なす・味噌
8	金	かゆ 鶏肉と野菜のとりうどん 春野菜のしらすサラダ フルーツ(バナナ)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・キャベツ・グリーンアスパラ・しらす干し・バナナ	23	土	かゆ 助宗タラとかぼちゃのだし煮 トマトサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・トマト・豆腐・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖
9	土	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・大根・味噌	24	日	休園日 	
10	日	休園日 		25	月	かゆ 鶏肉とさつま芋のほっこり煮 トマトと小松菜のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・さつま芋・出し汁・砂糖・醤油・トマト・小松菜・人参
11	月	かゆ 豆腐と玉ねぎのとりみ煮 ほうれん草のだし煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・じゃが芋・花ふ・味噌	26	火	かゆ 助宗タラと大根のだし煮 白菜と人参のサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・大根・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌・りんご
12	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・味噌	27	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 チンゲン菜と人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・ソーメン・醤油
13	水	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちゃのマッシュサラダ みそ汁・フルーツ(不知火)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・かぼちゃ・小松菜・焼ふ・味噌・不知火(しらぬい)	28	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 大根のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・なす・味噌
14	木	かゆ 人参かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 トマトとアスパラのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・トマト・グリーンアスパラ・さつま芋・りんご	29	金	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 白菜のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・白菜・もやし・ワカメ・味噌・バナナ
15	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのとりみ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ	30	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 アスパラのポテトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・グリーンアスパラ・人参
		休園日 		31	日	休園日	