



3月幼児食予定献立表



令和2年 西原白百合保育園

日曜日	朝のおやつ	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
2月	黒棒	もずくどんぶり コールスローサラダ 果物 ゆし豆腐	わらびもち 牛乳	もずく 豚ミンチ 卵 ゆし豆腐 きなこ 牛乳	白米 芋くず タピオカ
3火	ひな あられ	雛ちらし寿司 から揚げチキン ブロッコリーソテー 物 アーサ汁	チーズクラッカー カルピス	ツナ缶 卵 鶏肉 アーサ	白米 クラッカー
4水	グレープゼリー	ご飯 魚の西京焼き 果物 豆腐チャンプルー すまし汁	ふかし芋 牛乳	白身魚 豚肉 木綿豆腐 牛乳	白米 さつま芋
5木	ヤクルト	中華ラーメン 果物 胡瓜とわかめの和え物 手作りがんも	しらす青菜おにぎり 牛乳	豚肉 なるこわかめ卵 ツナ缶 木綿豆腐 しらす 牛乳	白米 ラーメン
6金	チョコウエハース	お弁当会			
7土	かりんとう	炊き込みご飯 ほうれん草の和え物 果物 豚汁	チーズ 牛乳	ツナ缶 ちくわ 豚肉 牛乳 チーズ	白米 こんにやく はちやぐみ
9月	クラッカー	チキンカレー もやしサラダ ヨーグルトあえ ワカメスープ	アンダギー 牛乳	鶏肉 コーフレーク わかめ 卵	白米 じゃが芋
10火	プルーン	納豆ご飯 秋刀魚の蒲焼 果物 もずく酢 大根のみそ汁	ぜんざい せんべい	納豆 さんま もずく 金時豆	白米 押し麦 せんべい
11水	果汁	ひじきミートスパゲティ 果物 キャベツの和え物 卵スープ	みそおにぎり 枝豆	合挽き カニ棒 卵 ひじき ツナ缶 枝豆	白米 スパゲティ
12木	コーンフレーク	お別れバイキング			
13金	ヨーグルト	あわご飯 魚のもみじ焼き 果物 ケーブイリチー うどん汁	チョコケーキ 牛乳	白身魚 昆布 豚肉 卵 牛乳	白米 こんにやく うどん チョコ
14土	ビスコ	豚肉の生姜焼き丼 果物 春雨サラダ 豆腐のみそ汁	レーズン 牛乳	豚肉 カニ棒 木綿豆腐 牛乳	白米 春雨 タンナファクルー
16月	レーズン	パン ホワイトシチュー 果物 ケチャップウインナー 白菜サラダ	玄米塩おにぎり ごまいりこ	鶏肉 ウインナー いりこ	玄米 白米 パン じゃが芋
17火	オレンジゼリー	コーンご飯 豚カツ 果物 ひじき炒め なめこ汁	ヒラヤーチー 牛乳	豚肉 卵 ひじき チキアギ 牛乳	白米 こんにやく はちやぐみ
18水	せんべい	ゆかりご飯 サバの香味焼き 果物 パパイイリチー 大根とアーサのすまし汁	ボンデーナツ 牛乳	サバ ツナ缶 厚揚げ アーサ 牛乳 卵 きなこ	白米
19木	はちや棒	麦ご飯 ユーリンチー 果物 人参しりしり 白菜のみそ汁	ちんびん 牛乳	鶏肉 ベーコン 卵 油揚げ ツナ缶 牛乳	白米 押し麦
21土	小魚	卒園式(お弁当)			
23月	チョコウエハース	ご飯 ハンバーグ ブロッコリーサラダ 果物 野菜スープ	アガラサー 牛乳	合挽き 卵 ベーコン 牛乳	白米 じゃが芋
24火	プリン	ふりかけご飯 魚の天ぷら 果物 胡瓜のおかかあえ イナムドウチ	ポテトフライ 牛乳	白身魚 卵 かまぼこ 豚肉 牛乳	白米 こんにやく
25水	果汁	三枚肉そば かみかみあえ 果物 金時豆の甘煮	ジュージー おにぎり	三枚肉 かまぼこ ひじき サキイカ 金時豆 ツナ缶	沖縄そば 白米
26木	ヤクルト	ご飯 鮭のマリネ 果物 きんぴらごぼう かき玉汁	コーンフレーク 牛乳	鮭 ツキアゲ 卵 牛乳	白米 コーンフレーク
27金	フルーツグラノーラ	ご飯 レバーの竜田揚げ 果物 マカロニサラダ ゆし豆腐	アップルケーキ 牛乳	レバー 卵 ゆし豆腐 牛乳	白米 マカロニ
28土	黒棒	ご飯 ドライカレー 果物 胡瓜の和え物 コンソメスープ	ビスコ チーズ 牛乳	豚ミンチ ワカめ しらす チーズ 牛乳	白米 ビスコ

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 20日(金)は春分の日でお休みです。

※ 30日・31日は新年度準備のため給食はありません。



3月

3月離乳食予定献立表



令和2年

西原白百合保育園

日曜日	初期(ごっくん期) 5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	2回食 pm3:00 後期~
調理形態	ヨーグルト状 ペースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み	
2月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 コールスローサラダマッシュ すましスープ	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 果物 つぶしコー ルスローサラダ ゆし豆腐	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 コールスローサラダ ゆし豆腐	おじや
3火	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 じゃが芋マッシュ すましスープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 ポテトサラダ すまし汁	軟飯 鶏肉の柔らかく煮 果物 ポテトサラダ すまし汁	ヨーグルト ビスケット
4水	つぶし粥 白身魚とトマトのすり流し 果汁 野菜ペースト 冬瓜スープ	全粥 白身魚のトマトつぶし煮 果物 つぶし豆腐チャンブルー 煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 白身魚のトマト煮 果物 豆腐チャンブルー煮 冬瓜 のすまし汁	ふかし芋
5木	軟飯 南瓜ペースト 果汁 人参ペースト すましスープ	煮込みつぶしうどん 胡瓜の和え物 果物 つぶし豆腐	煮込みうどん 胡瓜の和え物 果物 いら豆腐	しらす お にぎり
6金	お弁当会			
7土	人参つぶし粥 ほうれん草あえマッシュ 果汁 大根スープ	じゅーしー ほうれん草のつぶしあえ 果物 大根のみそ汁	じゅーしー ほうれん草の和え物 果物 大根のみそ汁	ビスケット チーズ
9月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオ ンスープ	全粥 ミルクつぶし煮 ヨーグルトあえ つぶし野菜サラダ オ ニオンスープ	軟飯 ミルク煮 ヨーグルトあえ 野菜サラダ オニオンスープ	南瓜おやき
10火	つぶし粥 魚のすりながし 果汁 じゃが芋マッシュ 大根スープ	納豆全粥 魚のつぶし煮 果物 胡瓜のつぶしあえ 大根の みそ汁	納豆軟飯 魚のトマト煮 果物 胡瓜の和え物 大根のみそ汁	金時豆の 甘者
11水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 キャベツ和えマッシュ オニ オンスープ	全粥 鶏肉とトマトのつぶし煮 果物 キャベツあえ オニ オンスープ	軟飯 鶏肉とトマト煮込み 果物 キャベツの和え物 オニ オンスープ	みそおにぎり
12木	お別れバイキング			
13金	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参ペースト すましスー プ	全粥 魚のつぶし野菜煮 果物 切干大根つぶし煮 うどん汁	軟飯 魚の野菜煮 果物 切干大根イリチー煮 うどん汁	チーズ パンケ ーキ
14土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 人参ペースト 野菜スープ	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 果物 胡瓜のおろしあえ 豆腐 のみそ汁	軟飯 鶏肉と野菜の柔らかく煮 果物 胡瓜の和え物 豆腐のみそ 汁	ビスケット チーズ
16月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 白菜サラダマッシュ じゃが芋ス ープ	全粥 ミルクつぶし煮 果物 つぶし白菜サラダ じゃが芋スー プ	軟飯 ミルク煮 果物 白菜サラダ じゃが芋スープ	おじや
17火	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 人参ペースト 白菜スープ	全粥 鶏肉野菜つぶし煮 果物 人参つぶし煮 白菜のみそ汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 人参炒め煮 白菜の みそ汁	ちんびん
18水	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参ペースト 大根 スープ	全粥 魚の野菜つぶし煮 果物 人参つぶし煮 大根のすまし 汁	軟飯 魚の野菜煮 果物 人参いり煮 大根のすまし 汁	じゃが芋の おやき
19木	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 人参と小松菜のペースト 白菜スープ	全粥 鶏肉つぶし煮 果物 人参しりしり煮 白菜 のみそ汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 人参しりしり煮 白 菜のみそ汁	ヒラヤーチー
21土	卒園式 (お弁当)			
23月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ブロッコリーサラダマッシュ キャベツ スープ	全粥 そぼろ煮 果物 ブロッコリーつぶしサラダ 野菜す ープ	軟飯 そぼろ煮 果物 ブロッコリーサラダ 野菜スー プ	じゃが芋 おやき
24火	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 果汁 おろし胡瓜 じゃが 芋スープ	全粥 魚とトマトのつぶし煮 果物 胡瓜のおろしあえ じゃ が芋のみそ汁	軟飯 魚のトマト煮 果物 あえ じゃが芋のみそ汁	蒸しパン
25水	つぶし粥 じゃが芋ペースト 果汁 キャベツの和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 キャベツの和え物 豆腐のす まし汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 キャベツの和え物 豆腐 のすまし汁	じゅーしー おにぎり
26木	つぶし粥 白身魚とトマトのすり流し 果汁 人参ペースト 豆腐のすり流 し汁	全粥 鮭のつぶし煮 果物 人参つぶし煮 豆腐のみそ汁	軟飯 鮭のトマト煮 果物 人参きんぴら 豆腐のみそ汁	コーン フレ ークミルク
27金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 さつま芋ペースト すましスープ	全粥 ささみのつぶし野菜煮 果物 つぶしさつま芋サラダ ゆし豆腐	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 さつま芋サラダ ゆし豆腐	ヨーグルト
28土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスー プ	全粥 ささみのつぶし煮 果物 つぶしサラダ オニオン スープ	軟飯 ささみの柔らかく煮 果物 サラダ オニオンスープ	ビスケット チーズ

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。

※ 20日(金)は春分の日でお休みです。

※ 30日・31日は新年度準備のため給食はありません。

