

献立表

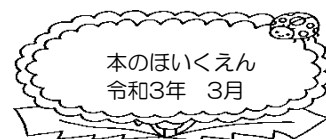
日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質/塩分( )は未測定	材 料 名			行事	
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
01月	ビーチヨーグルト牛乳(午前)	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 白菜としらすの和え物 とろろ昆布のすまし汁	チーズケーキ牛乳(午後)	477.5(455.9) 18.6(18.0) 14.4(14.5) 1.4(1.2)	半つき米、薄力粉、○三温糖、○無塩バター、三温糖、○三温糖	○牛乳、さげ、○クリームチーズ、○卵、淡色みそ、しらす干し、○牛乳、○ヨーグルト(無糖)	はくさい、にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、もやし、みつば、とうもろこし、しめじ、とろろこんぶ、ごま、○レモン果汁、○もも缶(白)	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩	
02火	クラッカーサンド牛乳(午前)	ツナオニオンパン 春野菜シチュー アボカドサラダ バナナ	洋風おやき牛乳(午後)	476.5(457.7) 20.3(18.5) 16.7(16.5) 1.6(1.5)	○半つき米、薄力粉、強力粉、マヨネーズ、三温糖、油	○牛乳、牛乳、豚肉(もも)、ツナ水煮缶、○ハム、○チーズ、チーズ、○卵、○牛乳、○クリームチーズ	キャベツ、みょうな、にんじん、グリーンアスパラガス、トマト、きゅうり、○にんじん、たまねぎ、アボカド、○ピーマン、とうもろこし、○ひじき、○いちごジャム	酢、○コンソメ、コンソメ、ドライイースト、食塩、パセリ粉	
03水	マカロニきな粉牛乳(午前)	ちらし寿司 三種の天ぷら 竹輪の梅肉和え まり麩のお吸い物	ひし餅ゼリー牛乳(午後)	502.3(471.7) 16.3(16.0) 14.3(13.6) 1.1(0.9)	半つき米、薄力粉、○三温糖、油、三温糖、焼ふ、○三温糖、○マカロニ	○牛乳、卵、木綿豆腐、ちくわ、さげ、油揚げ、○牛乳、○きな粉	もやし、かぼちゃ、れんこん、きゅうり、なす、たまねぎ、だいこん、○いちご、にんじん、しいたけ、うめびしお、○かんてんクック	かつお・昆布だし汁、酢、本みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、食塩	ひな祭り
04木	じゃがバター牛乳(午前)	ごはん 鮭のもみじ焼き 小松菜のごま和え なめこの味噌汁	豆腐のお好み焼き牛乳(午後)	449.3(436.8) 23.1(22.3) 13.5(14.0) 0.9(0.8)	半つき米、薄力粉、マヨネーズ、三温糖、○無塩バター、○じゃがいも	○牛乳、さげ、○木綿豆腐、○卵、油揚げ、○豚肉(もも)、淡色みそ、○牛乳	もやし、にんじん、ごま、たまねぎ、○キャベツ、なめこ、○にんじん、ごま、○とうもろこし	かつお・昆布だし汁、○濃厚ソース、しょうゆ、食塩、食塩	
05金	オレンジゼリー牛乳(午前)	ごはん 焼きビーフン 春菊の中華和え 中華風コンソメスープ	うずまきクッキー牛乳(午後)	569.1(506.5) 19.5(18.1) 17.0(15.1) 2.0(1.7)	半つき米、薄力粉、ビーフン、○無塩バター、○三温糖、片栗粉、三温糖、○三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、卵、○卵、○牛乳、○ゼラチン	もやし、にんじん、たまねぎ、クリームコーン缶、しゅんぎく、キャベツ、白ネギ、ピーマン、ごま、黒きくらげ、○オレンジジュース	中華だし、しょうゆ、食塩	
06土	いちごの蒸しパン牛乳(午前)	ごはん 鶏の肉じゃが キャベツの昆布和え わかめの味噌汁	ミルクもち牛乳(午後)	480.8(478.5) 19.0(17.9) 13.9(13.5) 2.2(1.9)	半つき米、じゃがいも、○片栗粉、○三温糖、油、三温糖、○ホットケーキ粉	○牛乳、鶏ひき肉、淡色みそ、○きな粉、○牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし、しらたき、カットわかめ、えのきたけ、葉ねぎ、グリーンピース、塩こんぶ、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、本みりん、しょうゆ	
07日	チーストースト牛乳(午前)	ごはん ハッシュドポーク コロコラサラダ コンソメスープ	星つこ牛乳(午後)	437.7(424.0) 18.2(17.2) 13.5(14.7) 1.1(1.2)	半つき米、じゃがいも、マヨネーズ、油、三温糖、○食パン、○マヨネーズ	○牛乳、豚肉(もも)、大豆水煮缶、チーズ、○牛乳、○チーズ	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、しめじ、えのきたけ、ホールトマト缶詰、グリーンピース(冷凍)	コンソメ、ケチャップ、ウスターソース、食塩	
08月	バナナのココアがけ牛乳(午前)	塩焼きそば ささみの大葉チーズ巻き おからサラダ えのきたけ	ブルーベリーマフィン牛乳(午後)	489.6(441.1) 29.1(25.0) 17.7(15.7) 2.1(1.8)	ゆで中華めん、○ホットケーキ粉、○無塩バター、油、春巻きの皮、マヨネーズ	○牛乳、鶏ささ身、豚肉(もも)、おから、○卵、○クリームチーズ、ハム、ツナ水煮缶、スライスチーズ、○牛乳	キャベツ、にんじん、きゅうり、もやし、ピーマン、○ブルーベリー、えのきたけ、白ネギ、とうもろこし、葉ねぎ、レモン果汁、しそ、カットわかめ、○バナナ	中華だし、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、コンソメ、食塩	
09火	りんごのコンポート牛乳(午前)	ごはん コロック ほうれん草の白和え はんぺんのお吸い物	ぜんざい牛乳(午後)	577.5(516.7) 19.2(16.7) 15.3(13.8) 1.4(1.2)	半つき米、じゃがいも、○白玉粉、薄力粉、○三温糖、三温糖、油、三温糖、○三温糖	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、○ゆであずき缶、○木綿豆腐、はんぺん、ちくわ、卵、淡色みそ、○牛乳	たまねぎ、ほうれん草、にんじん、しめじ、みつば、ごま、○レモン果汁、○りんご	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩、○食塩	
10水	魷ラスク牛乳(午前)	カレーピラフ 白身魚の甘酢あんかけ カラフルサラダ ビーンスープ	キャロットケーキ牛乳(午後)	534.3(495.8) 23.9(21.9) 14.2(15.1) 1.3(1.1)	半つき米、薄力粉、片栗粉、○三温糖、三温糖、油、○油、無塩バター、○無塩バター、○焼ふ、○三温糖	○牛乳、かきいり、豚ひき肉、○卵、大豆水煮缶、○牛乳、○きな粉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、プロقوقリー、○にんじん、カリフラワー、とうもろこし、トマト、ピーマン、グリーンピース(冷凍)	酢、コンソメ、本みりん、しょうゆ、カレー粉、食塩	
11木	セサミトースト牛乳(午前)	ごはん 鶏肉と厚揚げの味噌炒め きゅうりの酢の物 きのこのお吸い物	レーズンクッキー牛乳(午後)	497.2(472.7) 18.1(16.8) 15.4(16.2) 1.2(1.1)	半つき米、○ホットケーキ粉、○無塩バター、三温糖、油、○三温糖、○無塩バター、○食パン、○三温糖	○牛乳、生揚げ、豚肉(もも)、○卵、かにこまぼこ、淡色みそ、しらす干し、○牛乳	にんじん、きゅうり、だいこん、もやし、たまねぎ、しめじ、白ネギ、まいたけ、いんげん、○干しぶどう、みつば、とろろこんぶ、カットわかめ、○ごま	かつお・昆布だし汁、酢、しょうゆ(うすくち)、食塩	
12金	ピザ風クラッカー牛乳(午前)	中華丼 キクラゲの中華サラダ 卵スープ オレンジ	和風ホットケーキ牛乳(午後)	539.1(480.0) 20.9(18.7) 14.0(13.3) 2.0(1.7)	半つき米、○ホットケーキ粉、はるさめ、○三温糖、三温糖、片栗粉、ごま油、油	○牛乳、○卵、豚肉(もも)、○ごしあん(生)、卵、ハム、うずら卵水煮缶、○牛乳、○チーズ	たまねぎ、オレンジ、キャベツ、にんじん(生)、卵、ハム、うずら卵水煮缶、○牛乳、○チーズ	しょうゆ、中華だし、酢、酢、食塩、○ケチャップ	
13土	さつまいもレモン煮牛乳(午前)	ロールパン チーズオムレツ カリフラワーサラダ オニオンスープ	焼きおにぎり牛乳(午後)	468.4(440.3) 19.7(17.0) 17.0(14.6) 1.6(1.3)	ロールパン、○半つき米、マカロニ、三温糖、油、○三温糖、○さつまいも	○牛乳、卵、チーズ、ベーコン、○牛乳	たまねぎ、プロقوقリー、にんじん、カリフラワー、とうもろこし、しめじ、○カットわかめ、○ごま、○レモン果汁	○しょうゆ、酢、コンソメ、食塩、○食塩、ケチャップ	
14日	ホットケーキ牛乳(午前)	ごはん 豚肉と野菜のしょうが焼き アスパラガスの和え物 麩のすまし汁	かぼちゃポロ牛乳(午後)	427.9(444.1) 16.7(16.2) 11.0(11.7) 0.9(1.0)	半つき米、油、焼ふ、三温糖、○油、○ホットケーキ粉	○牛乳、豚肉(もも)、○牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベツ、グリーンアスパラガス、ほうれん草、ピーマン、とうもろこし、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	
15月	ぶどう寒天牛乳(午前)	ごはん レバニラ炒め 大根のナムル 白ねぎのスープ	あんまん牛乳(午後)	497.2(447.2) 20.8(18.0) 11.3(10.7) 2.0(1.6)	半つき米、薄力粉、○強力粉、○三温糖、三温糖、油、片栗粉、○油、ごま油、○三温糖	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉、○ごしあん(生)、○牛乳	だいこん、にんじん、ほうれん草、たまねぎ、白ネギ、もやし、きゅうり、にら、しょうが、カットわかめ、ごま、○キャベツ、○ぶどうジュース、○かんてんクック	しょうゆ、中華だし、しょうゆ(うすくち)、オイスターソース、○ドライイースト	
16火	じゃがいももち牛乳(午前)	塩パン チキンのレモンクリーム煮 クルトン入りサラダ はっさく	鮭のおやき牛乳(午後)	541.9(523.3) 22.4(20.5) 15.0(15.4) 1.2(1.1)	強力粉、○米、三温糖、無塩バター、クルトン、薄力粉、油、○片栗粉、○マヨネーズ、○じゃがいも	○牛乳、牛乳、鶏もも肉、○さげ水煮缶詰、○卵、○チーズ、チーズ、脱脂粉乳、○粉チーズ、○牛乳	はっさく、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しめじ、きゅうり、○とうもろこし、とうもろこし、レモン果汁、○黒ごま、○ごま	酢、コンソメ、○しょうゆ、ドライイースト、食塩、○食塩	
17水	オレンジ寒天牛乳(午前)	ごはん 筑前煮 小松菜のお浸し だぶ	チーズ饅頭牛乳(午後)	542.5(472.5) 21.7(18.7) 14.5(13.2) 1.3(1.1)	半つき米、薄力粉、さといも、○三温糖、三温糖、油、○三温糖	○牛乳、鶏もも肉、○クリームチーズ、生揚げ、○卵、かまぼこ、かつお節、○牛乳	にんじん、ごま、れんこん、ごぼう、もやし、しめじ、板こんにやく、しいたけ、たまねぎ、とうもろこし、いんげん、○ごま、○かんてんクック、○オレンジジュース	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	郷土料理
18木	バナナのきな粉がけ牛乳(午前)	ごはん 豚ひき肉とマッシュポテトの重ね焼き ひじきサラダ マカロニスープ	フレンチトースト牛乳(午後)	512.7(487.4) 18.5(18.0) 14.7(14.4) 1.2(1.1)	半つき米、じゃがいも、○食パン、○三温糖、マカロニ、三温糖、油、○無塩バター	○牛乳、豚ひき肉、○卵、牛乳、ツナ水煮缶、チーズ、○牛乳、○加糖練乳、○きな粉	にんじん、たまねぎ、きゅうり、とうもろこし、赤ピーマン、黄ピーマン、ひじき、○バナナ	酢、しょうゆ、コンソメ、ケチャップ、ウスターソース、食塩	
19金	りんごケーキ牛乳(午前)	ゆかりごはん かぶのそぼろあんかけ 小松菜と厚揚げのお浸し 豚汁	フルーツポンチ牛乳(午後)	458.8(458.6) 17.5(16.8) 12.6(12.3) 1.0(1.0)	半つき米、さといも、○白玉粉、○三温糖、三温糖、油、片栗粉、○ホットケーキ粉	○牛乳、鶏ひき肉、豚肉(もも)、生揚げ、淡色みそ、○豆乳、○牛乳	かぶ、ごま、はくさい、にんじん、○りんご、だいこん、しいたけ、○キャベツ、板こんにやく、○みかん缶、しめじ、白ネギ、しょうが、○りんごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん	
20土	ビスケットのジャムのせ牛乳(午前)	ごはん 鮭のきのこバター しょうゆフレンチ ベーコンスープ	かぼちゃポロ牛乳(午後)	472.1(448.7) 21.6(20.9) 13.5(13.2) 1.1(1.0)	半つき米、○ホットケーキ粉、無塩バター、三温糖、○三温糖、油	○牛乳、さげ、ベーコン、ツナ水煮缶、○牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、はくさい、まいたけ、とうもろこし、しめじ、エリンギ、かいわれだいこん、レモン果汁、いちごジャム	酢、しょうゆ、コンソメ、食塩	
21日	きな粉蒸しパン牛乳(午前)	ごはん 炒り鶏 もやしのごま和え なめこ汁	星つこ牛乳(午後)	399.7(429.7) 16.6(17.9) 11.9(13.2) 0.9(0.9)	半つき米、さといも、三温糖、油、○ホットケーキ粉	○牛乳、鶏もも肉、生揚げ、油揚げ、○牛乳、○きな粉	もやし、にんじん、はくさい、たまねぎ、なめこ、板こんにやく、しいたけ、いんげん、葉ねぎ、とうもろこし、ごま	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	
22月	紅茶のホットケーキ牛乳(午前)	ごはん 麻婆豆腐 もやしナムル 豆乳スープ	白玉団子牛乳(午後)	506.0(491.9) 21.4(19.9) 16.6(15.9) 1.2(1.1)	半つき米、○ホットケーキ粉、○白玉粉、三温糖、片栗粉、○三温糖、ごま油、○油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、豆乳、○木綿豆腐、○牛乳、卵、○きな粉	もやし、にんじん、きゅうり、たまねぎ、にら、葉ねぎ、ごま	しょうゆ、中華だし、しょうゆ(うすくち)、○食塩、食塩	

# 献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質/塩分( )は未満児	材 料 名				行事
					◎は10時おやつ ○は午後おやつ		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	
23 火	ビスケットのピザ 風焼き 牛乳(午前)	カレーうどん ツナサラダ りんご	米粉のクレープ 牛乳(午後)	459.5(432.8) 16.7(15.5) 14.7(14.1) 1.2(1.0)	ゆでうどん、○上新粉、じゃがいも、○三温糖、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、○卵、ツナ水煮缶、○生クリーム、◎牛乳、◎チーズ	りんご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、○もも缶(白桃)、○バナナ、白ネギ、とうもろこし、◎バナナ	カレールウ、酢、食塩	
24 水	ブルーベリー ヨーグルト 牛乳(午前)	ごはん はんぺんのツナチーズ焼き 白菜のさっぱり和え 油揚げの味噌汁	豆腐ドーナツ 牛乳(午後)	486.8(452.8) 15.6(15.6) 15.4(15.3) 1.0(0.9)	半つき米、○ホットケーキ粉、○三温糖、○油、マヨネーズ、三温糖	○牛乳、○木綿豆腐、○卵、ツナ水煮缶、油揚げ、チーズ、淡色みそ、しらす干し、はんぺん、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	はくさい、もやし、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、葉ねぎ、ごま、ひじき、◎ブルーベリージャム	かつお・昆布だし汁、酢、食塩	
25 木	じゃがまるくん 牛乳(午前)	アンパンマンピラフ 洋風春巻き さつまいものクリームチーズ和え ポトフ	お誕生日ケーキ 牛乳(午後)	632.5(590.4) 25.9(23.0) 21.4(19.9) 1.8(1.5)	半つき米、さつまいも、春巻きの皮、○薄力粉、じゃがいも、○三温糖、マヨネーズ、無塩バター、◎無塩バター、◎片栗粉、◎じゃが	○牛乳、鶏ささ身、豚ひき肉、○卵、○生クリーム、ウインナーソーセージ、チーズ、クリームチーズ、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、いんげん、キャベツ、○いちご、干しぶどう、しそ、◎あおのり	ケチャップ、コンソメ、食塩	誕生会
26 金	ココア豆 牛乳(午前)	ロールパン カレイのパン粉焼き パプリカとツナのマリネ レタススープ	プリン 牛乳(午後)	445.9(422.1) 25.4(26.5) 17.9(17.4) 1.7(1.5)	ロールパン、◎三温糖、パン粉、マヨネーズ、三温糖、◎三温糖	○牛乳、かいわい、○卵、ツナ水煮缶、粉チーズ、◎大豆水煮缶、◎牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、レタス、とうもろこし、かいわいだいこん	酢、コンソメ、食塩、パセリ粉	
27 土	抹茶の蒸しパン 牛乳(午前)	ごはん 鶏レバーの旨煮 きんぴらごぼう しめじのすまし汁	ベーコンポテト パイ 牛乳(午後)	494.7(489.1) 20.2(19.2) 13.2(13.1) 1.8(1.7)	半つき米、○じゃがいも、じゃがいも、○ぎょうざの皮、ごま油、三温糖、○無塩バター、◎ホットケーキ粉	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉、○ベーコン、◎牛乳	にんじん、ごぼう、たまねぎ、板こんにゃく、しめじ、こまつな、いんげん、しょうが、ごま	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、◎コンソメ、食塩、○食塩	
28 日	ぶどうゼリー 牛乳(午前)	ごはん 八宝菜 切り干し大根の中華風サラダ 卵スープ	かぼちゃポロ 牛乳(午後)	470.7(436.4) 18.9(17.5) 13.6(12.6) 2.1(1.7)	半つき米、片栗粉、ごま油、三温糖、◎三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、卵、ハム、◎牛乳、◎ゼラチン	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、切り干しだいこん、葉ねぎ、しょうが、ごま、◎ぶどうジュース	中華だしの素、しょうゆ、食塩	
29 月	マカロニみたら し 牛乳(午前)	ごはん 鶏肉と里芋の煮物 あしたばのごま和え 豆腐の味噌汁	メロンパン 牛乳(午後)	537.1(489.9) 21.0(19.2) 14.5(13.3) 1.3(1.4)	半つき米、さといも、○強力粉、○薄力粉、◎無塩バター、◎三温糖、三温糖、油、◎片栗粉、◎三温糖、◎マカロニ	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、大豆水煮缶、○卵、淡色みそ、○脱脂粉乳、◎牛乳	もやし、にんじん、たまねぎ、あしたば、だいこん、葉ねぎ、白ネギ、しいたけ、ごま、ひじき、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、○ドライヤー、○食塩、食塩、◎しょうゆ	
30 火	ココア麩 牛乳(午前)	黒糖パン 鶏のから揚げ、オムレツ ポテトサラダ ミニトマト、ブロッコリーの塩ゆで	ポップコーン 牛乳(午後)	529.5(483.5) 26.1(23.0) 19.3(18.8) 1.1(0.9)	強力粉、じゃがいも、黒砂糖、◎とうもろこし(玄穀)、片栗粉、油、無塩バター、○油、マヨネーズ、◎無塩バター、◎焼ふ、◎三温糖	○牛乳、鶏もも肉、卵、脱脂粉乳、◎牛乳	ミニトマト、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、しめじ、きゅうり、とうもろこし、しょうが	しょうゆ、ケチャップ、ドライイースト、食塩、○食塩	さよなら会 (バイキング)
31 水	かぼちゃもち 牛乳(午前)	ごはん ささ身カツ アスパラガスの和え物 なめこのお吸い物	お豆腐シフォン 牛乳(午後)	524.3(489.3) 24.9(22.0) 14.8(13.4) 1.2(1.1)	半つき米、○薄力粉、薄力粉、○三温糖、パン粉、油、○油、マヨネーズ、◎三温糖、◎片栗粉、◎三温	○牛乳、鶏ささ身、○卵、卵 ◎絹ごし豆腐、◎牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、グリーンアスパラガス、なめこ、みつば、とろろこんぶ、とうもろこし、◎かぼちゃ	かつお、昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩、濃厚ソース、◎しょうゆ	

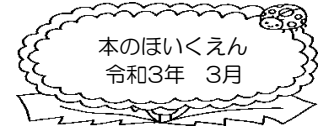
3歳以上児は朝おやつがありません。  
また、仕入れの都合により一部献立を変更させていただく場合がございます。

# 3月の離乳食 初期 (ごっくん)



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	粥 白菜 人参	粥 キャベツ トマト	粥 きゅうり かぼちゃ	粥 じゃがいも 小松菜	粥 キャベツ 人参	粥 もやし じゃがいも
7	8	9	10	11	12	13
粥 人参 じゃがいも	粥 キャベツ バナナ	粥 ほうれん草 豆腐	粥 人参 ブロッコリー	粥 大根 きゅうり	粥 チンゲン菜 キャベツ	粥 さつまいも カリフラワー
14	15	16	17	18	19	20
粥 ほうれん草 人参	粥 大根 きゅうり	粥 キャベツ 人参	粥 小松菜 里芋	粥 じゃがいも 人参	粥 かぶ 白菜	粥 人参 キャベツ
21	22	23	24	25	26	27
粥 里芋 白菜	粥 豆腐 きゅうり	粥 じゃがいも 人参	粥 白菜 もやし	粥 さつまいも 人参	粥 キャベツ 人参	粥 じゃがいも 小松菜
28	29	30	31			
粥 きゅうり 人参	粥 里芋 大根	粥 ブロッコリー じゃがいも	粥 キャベツ 人参			

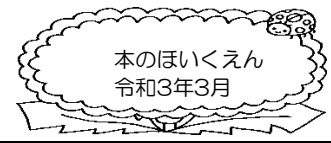
# 3月の離乳食 中期（もぐもぐ）



日付	曜日	給食		午後のおやつ
		献立名	原材料名	献立名 原材料
1	月	粥	米	プレーンケーキ 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		鮭の煮物	鮭・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎのすまし汁	玉ねぎ・人参・だし・味噌	
2	火	粥	米	野菜粥 米・玉ねぎ・人参
		豚肉のクリーム煮	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・豆乳・だし・醤油・薄力粉	
		バナナ	バナナ	
3	水	人参粥	米・人参	豆乳ゼリー 豆乳・三温糖・ゼラチン
		かぼちゃとなすの煮物	かぼちゃ・なす・だし・醤油・三温糖	
		豆腐のお吸い物	豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	
4	木	粥	米	豆腐のお好み焼き 豚肉・豆腐・キャベツ・人参・薄力粉・塩
		鮭のあんかけ	鮭・だし・醤油・片栗粉	
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・だし・味噌	
5	金	粥	米	プレーンケーキ 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		豚肉の煮物	豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎの豆乳スープ	玉ねぎ・豆乳・醤油	
6	土	粥	米	豆乳ゼリー 豆乳・三温糖・ゼラチン
		鶏の肉じゃが	鶏ひき肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・だし・味噌	
7	日	粥	米	かぼちゃボーロ 馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコノアルタクトン・脂肪酸・コーンスターチ・乳化剤
		豚肉の煮物	豚肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	
		人参スープ	人参・玉ねぎ・醤油	
8	月	くたくたラーメン	中華麺・豚肉・キャベツ・人参・もやし・だし・醤油・三温糖	プレーンケーキ 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		グリルチキン	鶏ささ身・塩	
		キャベツスープ	キャベツ・醤油	
9	火	粥	米	豆腐ケーキ 豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		豚ひき肉の煮物	豚ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎのお吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	
10	水	野菜粥	米・人参・玉ねぎ	キャラットケーキ 人参・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		カレイの野菜あんかけ	カレイ・人参・玉ねぎ・だし・醤油・片栗粉	
		ビーンズスープ	玉ねぎ・大豆・醤油	
11	木	粥	米	プレーンケーキ 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		豚肉の煮物	豚肉・もやし・人参・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎのお吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	
12	金	粥	米	プレーンケーキ 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		豚肉の煮物	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・チンゲンサイ・だし・醤油・三温糖	
		オレンジ	オレンジ	
13	土	粥	米	味噌粥 米・だし・味噌
		鶏肉の煮物	鶏肉・人参・ブロッコリー・だし・醤油・三温糖	
		オニオンスープ	玉ねぎ・マカロニ・醤油	
14	日	粥	米	かぼちゃボーロ 馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコノアルタクトン・脂肪酸・コーンスターチ・乳化剤
		豚肉と野菜の煮物	豚肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	
		麩のすまし汁	麩・玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	
15	月	粥	米	蒸しパン 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		鶏肉の煮物	鶏肉・もやし・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	
		人参スープ	人参・玉ねぎ・醤油	

16	火	粥	米	味噌粥
		チキンのクリーム煮 はっさく	鶏肉・玉ねぎ・人参・豆乳・醤油・片栗粉 はっさく	米・だし・味噌
17	水	粥	米	蒸しパン
		鶏肉の煮物 だぶ	鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 鶏肉・里芋・だし・醤油・三温糖	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
18	木	粥	米	スティックパン
		豚ひき肉とじゃがいもの煮物 マカロニスープ	豚ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 マカロニ・玉ねぎ・人参・醤油	食パン
19	金	粥	米	りんごのコンポート
		かぶのそぼろあんかけ 豚汁	鶏ひき肉・かぶ・里芋・人参・だし・醤油・三温糖 豚肉・大根・人参・里芋・だし・味噌	りんご・三温糖
20	土	粥	米	かぼちゃポーロ
		鮭の野菜あんかけ 白菜スープ	鮭・玉ねぎ・人参・だし・醤油・片栗粉 白菜・玉ねぎ・醤油	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコニルタラクトン・脂肪酸・コーンスターチ・乳化剤
21	日	粥	米	かぼちゃポーロ
		鶏肉の煮物 玉ねぎのお吸い物	鶏肉・人参・里芋・だし・醤油・三温糖 玉ねぎ・だし・醤油	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコニルタラクトン・脂肪酸・コーンスターチ・乳化剤
22	月	粥	米	豆腐ケーキ
		豚ひき肉と豆腐の煮物 豆乳スープ	豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 豆腐・豆乳・醤油	豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
23	火	粥	米	米粉のケーキ
		くたくたうどん キャベツサラダ りんごのコンポート	うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・だし・醤油・三温糖 キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油 りんご・三温糖	上新粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
24	水	粥	米	豆腐ケーキ
		グリルチキン 玉ねぎの味噌汁	鶏肉・塩 玉ねぎ・だし・味噌	豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
25	木	野菜粥	米・玉ねぎ・人参	いちごのケーキ
		グリルチキン 具沢山スープ	鶏ささ身・塩 玉ねぎ・人参・キャベツ・じゃがいも・塩	いちご・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
26	金	粥	米	豆乳ゼリー
		カレイのあんかけ レタススープ	カレイ・だし・醤油・片栗粉 レタス・玉ねぎ・醤油	豆乳・三温糖・ゼラチン
27	土	粥	米	ふかし芋
		鶏肉の煮物 小松菜のスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 小松菜・玉ねぎ・醤油	じゃがいも・塩
28	日	粥	米	かぼちゃポーロ
		豚肉の煮物 玉ねぎのスープ	豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 玉ねぎ・醤油	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコニルタラクトン・脂肪酸・コーンスターチ・乳化剤
29	月	粥	米	味噌粥
		鶏肉と里芋の煮物 豆腐の味噌汁	鶏肉・里芋・人参・大根・だし・醤油・三温糖 豆腐・玉ねぎ・だし・味噌	米・だし・味噌
30	火	粥	米	きな粉粥
		グリルチキン ポテトサラダ	鶏肉・塩 じゃがいも・人参・きゅうり・塩	米・きな粉・三温糖
31	水	粥	米	豆腐ケーキ
		グリルチキン キャベツと人参の和え物	鶏ささ身・塩 キャベツ・人参・三温糖・醤油	豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳

# 3月の離乳食 後期 (かみかみ)



日付	曜日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名 原材料	献立名	原材料名	献立名 原材料
1	月	ヨーグルト	粥	米	プレーンケーキ
		ヨーグルト・三温糖	鮭の煮物 白菜の和え物 玉ねぎのすまし汁	鮭・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・だし・醤油・三温糖 白菜・人参・きゅうり・醤油 玉ねぎ・人参・だし・味噌	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
2	火	麩のミルク煮	粥	米	野菜粥
		麩・スキムミルク	豚肉のクリーム煮 キャベツサラダ バナナ	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・豆乳・だし・醤油・薄力粉 キャベツ・きゅうり・トマト・醤油 バナナ	米・玉ねぎ・人参
3	水	マカロニきな粉	人参粥	米・人参	豆乳ゼリー
		マカロニ・きな粉・三温糖	かぼちゃとなすの煮物 もやしの和え物 豆腐のお吸い物	かぼちゃ・なす・だし・醤油・三温糖 もやし・大根・きゅうり・醤油 豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	豆乳・三温糖・ゼラチン
4	木	ふかし芋	粥	米	豆腐のお好み焼き
		じゃがいも・塩	鮭のあんかけ 小松菜の和え物 玉ねぎの味噌汁	鮭・だし・醤油・片栗粉 小松菜・もやし・人参・醤油 玉ねぎ・だし・味噌	豚肉・豆腐・キャベツ・人参・薄力粉・塩
5	金	オレンジゼリー	粥	米	プレーンケーキ
		オレンジジュース・三温糖・ゼラチン	豚肉の煮物 人参の和え物 玉ねぎの豆乳スープ	豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・だし・醤油・三温糖 人参・もやし・醤油 玉ねぎ・豆乳・醤油	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
6	土	蒸しパン	粥	米	豆乳ゼリー
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	鶏の肉じゃが キャベツの和え物 玉ねぎの味噌汁	鶏ひき肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 キャベツ・もやし・人参・醤油 玉ねぎ・だし・味噌	豆乳・三温糖・ゼラチン
7	日	スティックパン	粥	米	かぼちゃポーロ
		食パン	豚肉の煮物 コロコロサラダ 人参スープ	豚肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 じゃがいも・人参・大豆・醤油 人参・玉ねぎ・醤油	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコノデルタラクトン・脂肪酸・コウンスターチ・乳化剤
8	月	バナナ	くたくたラーメン	中華麺・豚肉・キャベツ・人参・もやし・だし・醤油・三温糖	プレーンケーキ
		バナナ	グリルチキン おからサラダ キャベツスープ	鶏ささ身・塩 おから・きゅうり・人参・醤油 キャベツ・醤油	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
9	火	りんごのコンポート	粥	米	豆腐ケーキ
		りんご・三温糖	豚ひき肉の煮物 ほうれん草の白和え 玉ねぎのお吸い物	豚ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 ほうれん草・人参・豆腐・醤油 玉ねぎ・だし・醤油	豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
10	水	麩のミルク煮	野菜粥	米・人参・玉ねぎ	キャラットケーキ
		麩・スキムミルク	カレイの野菜あんかけ カラフルサラダ ビーンズスープ	カレイ・人参・玉ねぎ・だし・醤油・片栗粉 キャベツ・ブロッコリー・カリフラワー・人参・トマト・醤油 玉ねぎ・大豆・醤油	人参・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
11	木	スティックパン	粥	米	プレーンケーキ
		食パン	豚肉の煮物 きゅうりの和え物 玉ねぎのお吸い物	豚肉・もやし・人参・だし・醤油・三温糖 きゅうり・大根・人参・醤油 玉ねぎ・だし・醤油	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
12	金	麩のミルク煮	粥	米	プレーンケーキ
		麩・スキムミルク	豚肉の煮物 春雨サラダ オレンジ	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・チンゲンサイ・だし・醤油・三温糖 春雨・きゅうり・人参・醤油 オレンジ	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
13	土	蒸しさつまいも	粥	米	味噌粥
		さつまいも	鶏肉の煮物 カリフラワーサラダ オニオンスープ	鶏肉・人参・ブロッコリー・だし・醤油・三温糖 カリフラワー・ブロッコリー・人参・玉ねぎ・醤油 玉ねぎ・マカロニ・醤油	米・だし・味噌
14	日	ホットケーキ	粥	米	かぼちゃポーロ
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	豚肉と野菜の煮物 キャベツサラダ 麩のすまし汁	豚肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 キャベツ・人参・醤油 麩・玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコノデルタラクトン・脂肪酸・コウンスターチ・乳化剤
15	月	ぶどうゼリー	粥	米	蒸しパン
		ぶどうジュース・ゼラチン・三温糖	鶏肉の煮物 大根サラダ 人参スープ	鶏肉・もやし・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 大根・ほうれん草・きゅうり・人参・醤油 人参・玉ねぎ・醤油	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳

日付	曜日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名 原材料	献立名	原材料名	献立名 原材料
16	火	ふかし芋	粥	米	味噌粥
		じゃがいも・塩	チキンのクリーム煮 キャベツサラダ	鶏肉・玉ねぎ・人参・豆乳・醤油・片栗粉 キャベツ・人参・きゅうり・醤油	米・だし・味噌
			はっさく	はっさく	
17	水	オレンジゼリー	粥	米	蒸しパン
		オレンジジュース・三温糖・ゼラチン	鶏肉の煮物 小松菜のお浸し	鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 小松菜・もやし・人参・醤油	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
			たぶ	鶏肉・里芋・だし・醤油・三温糖	
18	木	バナナ	粥	米	スティックパン
		バナナ	豚ひき肉とじゃがいもの煮物 人参サラダ	豚ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 人参・きゅうり・醤油	食パン
			マカロニスープ	マカロニ・玉ねぎ・人参・醤油	
19	金	豆乳ケーキ	粥	米	りんごのコンポート
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・豆乳	かぶのそぼろあんかけ 小松菜のお浸し	鶏ひき肉・かぶ・里芋・人参・だし・醤油・三温糖 小松菜・白菜・醤油	りんご・三温糖
			豚汁	豚肉・大根・人参・里芋・だし・味噌	
20	土	麩のミルク煮	粥	米	かぼちゃボーロ
		麩・スキムミルク	鮭の野菜あんかけ キャベツサラダ	鮭・玉ねぎ・人参・だし・醤油・片栗粉 キャベツ・きゅうり・人参・醤油	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコニデルタラクトン・脂肪酸・コンスターチ・乳化剤
			白菜スープ	白菜・玉ねぎ・醤油	
21	日	きな粉蒸しパン	粥	米	かぼちゃボーロ
		薄力粉・きな粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	鶏肉の煮物 もやしの和え物	鶏肉・人参・里芋・だし・醤油・三温糖 もやし・白菜・人参・醤油	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコニデルタラクトン・脂肪酸・コンスターチ・乳化剤
			玉ねぎのお吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	
22	月	ホットケーキ	粥	米	豆腐ケーキ
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	豚ひき肉と豆腐の煮物 もやしサラダ	豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 もやし・人参・きゅうり・醤油	豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
			豆乳スープ	豆腐・豆乳・醤油	
23	火	バナナ	くたくうどん	うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・だし・醤油・三温糖	米粉のケーキ
		バナナ	キャベツサラダ	キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油	上新粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
			りんごのコンポート	りんご・三温糖	
24	水	ヨーグルト	粥	米	豆腐ケーキ
		ヨーグルト・三温糖	グリルチキン 白菜の和え物	鶏肉・塩 白菜・もやし・人参・醤油	豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
			玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・だし・味噌	
25	木	ふかし芋	野菜粥	米・玉ねぎ・人参	いちごのケーキ
		じゃがいも・塩	グリルチキン さつまいもの和え物	鶏ささ身・塩 さつまいも・玉ねぎ・人参・塩	いちご・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
			具沢山スープ	玉ねぎ・人参・キャベツ・じゃがいも・塩	
26	金	麩のミルク煮	粥	米	豆乳ゼリー
		麩・スキムミルク	カレイのあんかけ キャベツサラダ	カレイ・だし・醤油・片栗粉 キャベツ・人参・醤油	豆乳・三温糖・ゼラチン
			レタススープ	レタス・玉ねぎ・醤油	
27	土	蒸しパン	粥	米	ふかし芋
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	鶏肉の煮物 じゃがいもと人参の煮物	鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 じゃがいも・人参・だし・醤油・三温糖	じゃがいも・塩
			小松菜のスープ	小松菜・玉ねぎ・醤油	
28	日	ぶどうゼリー	粥	米	かぼちゃボーロ
		ぶどうジュース・ゼラチン・三温糖	豚肉の煮物 切り干し大根の和え物	豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 切り干し大根・きゅうり・人参・醤油	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコニデルタラクトン・脂肪酸・コンスターチ・乳化剤
			玉ねぎのスープ	玉ねぎ・醤油	
29	月	マカロニみたらし	粥	米	味噌粥
		マカロニ・醤油・三温糖・片栗粉	鶏肉と里芋の煮物 もやしと人参の和え物	鶏肉・里芋・人参・大根・だし・醤油・三温糖 もやし・人参・醤油	米・だし・味噌
			豆腐の味噌汁	豆腐・玉ねぎ・だし・味噌	
30	火	麩のミルク煮	粥	米	きな粉粥
		麩・スキムミルク	グリルチキン ポテトサラダ	鶏肉・塩 じゃがいも・人参・きゅうり・塩	米・きな粉・三温糖
			付け合わせ	ミニトマト・ブロッコリー	
31	水	蒸しかぼちゃ	粥	米	豆腐ケーキ
		かぼちゃ	グリルチキン キャベツとにんじんの和え物	鶏ささ身・塩 キャベツ・人参・三温糖・醤油	豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
			たまねぎのお吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	