

2021年度 3月離乳食予定献立表 戸塚愛児園

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(後期)
01火	軟飯 鶏肉の味噌照り焼き キャベツの和え物 豆腐と小松菜のすまし汁 さつま芋のお焼き お麩の煮物 隠元の味噌汁	ごはん 味噌漬け豚肉のソーテー キャベツの和え物 豆腐と小松菜のすまし汁 いよかん さつま芋のお焼き 牛乳	おかかごはん
02水	食パン ハンバーグ ポテトサラダ もやしのスープ 人参とかぼちゃのお粥(非常食) 茹でほうれん草 バナナ	ロールパン ミートローフ ごぼうのサラダ もやしのスープ 人参とかぼちゃのお粥(非常食) 牛乳	青のりごはん
03木	混ぜ軟飯 鶏肉のみぞれかけ グリーンサラダ 花麩のすまし汁 りんご蒸しパン 花型人参 青梗菜のスープ	ちらし寿司 鶏の唐揚げ グリーンサラダ 花麩のすまし汁 りんご蒸しパン 牛乳	ごま塩ごはん
04金	軟飯 チャンプル風 切干大根の煮物 わかめの味噌汁 にゅうめん 粉吹き芋 なすの煮浸し	ごはん 手作りがんも風 切干大根の旨煮 わかめの味噌汁(非常食) にゅうめん 牛乳	バナナ
05土	豚丼 白菜の浅漬け かぶの味噌汁 人参軟飯	豚丼 白菜の浅漬け かぶの味噌汁 人参軟飯 牛乳	
07月	ひじき軟飯 鱈のコーンクリーム煮 もやしと人参の和え物 キャベツの味噌汁 バナナヨーグルト 食パン さつま芋のスープ	和風ツナごはん 鱈のカレー揚げ もやしと人参の塩昆布和え キャベツの味噌汁 バナナヨーグルト 食パン お茶	ごま塩ごはん
08火	ハヤシライス風 春雨サラダ 豆腐と玉ねぎのスープ マカロニきな粉 茹で小松菜 お麩の味噌汁	ハヤシライス 春雨サラダ 豆腐とねぎのスープ マカロニきな粉 牛乳	バナナ
09水	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ かぶの浅漬け きのこの味噌汁 かぼちゃサンド 茹でキャベツ わかめのスープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース かぶの浅漬け きのこの味噌汁 かぼちゃサンド 牛乳	青のりごはん
10木	味噌煮込みうどん スイートポテトサラダ なすの煮浸し 鰻とひじきのごはん(非常食) 高野豆腐の煮物 もやしの味噌汁	味噌煮込みうどん スイートポテトサラダ 清見オレンジ 鰻とひじきのごはん(非常食) 牛乳	ひじきごはん
11金	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ きゅうりとわかめの和え物 大根と玉ねぎの味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹でブロッコリー えのきの味噌汁	ごはん 親子煮 きゅうりとわかめの酢の物 大根と玉ねぎの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	おかかごはん
12土	鶏そぼろ軟飯 ポトフ バナナ 青のり軟飯	ツナサンド ポトフ バナナ 青のり軟飯 牛乳	
14月	軟飯 鶏肉の照り焼き キャベツの磯和え なすの味噌汁 ピザトースト きゅうりスティック コーンクリームスープ	ごはん 鶏肉の照り焼き キャベツの磯和え なすと油揚げの味噌汁 ピザトースト 牛乳	ふかし芋
15火	軟飯 鮭の磯辺煮 ほうれん草のお浸し かぶの味噌汁 煮込みうどん さつま芋スティック りんご	ごはん 鮭の塩焼き 菜の花とほうれん草の納豆和え かぶの味噌汁 清見オレンジ 煮込みうどん 牛乳	おかかごはん

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(後期)
16水	食パン 豆腐ハンバーグ 人参サラダ かぼちゃのスープ おかかおにぎり 茹でじゃが芋 小松菜の味噌汁	コッペパン 豆腐ハンバーグ 人参サラダ かぼちゃのスープ おかかおにぎり 牛乳	青のりごはん
17木	軟飯 鶏肉のチーズ焼き 切干大根の胡麻和え もやしの味噌汁 人参とかぼちゃのお粥(非常食) なすの煮浸し 茹でキャベツ	ごはん かき揚げ 切干大根の胡麻酢和え もやしの味噌汁 人参とかぼちゃのお粥(非常食) 牛乳	バナナ
18金	軟飯 鶏じゃが かぶのサラダ えのきの味噌汁 ほたてち風 お麩の煮物 隠元の味噌汁	カレーライス かぶとかにかまのサラダ なめこのスープ ほたてち風 牛乳	おかかごはん
19土	マーボー春雨丼 温野菜 豆腐の味噌汁 かぼちゃ軟飯	マーボー春雨丼 温野菜 豆腐の味噌汁 かぼちゃ軟飯 牛乳	
22火	軟飯 チャンプル風 茹でかぼちゃ 切干大根と玉ねぎの味噌汁 チーズトースト 茹で人参 青梗菜のスープ	ごはん 高野豆腐の卵とじ かぼちゃの甘煮 切干大根と玉ねぎの味噌汁 チーズトースト 牛乳	ひじきごはん
23水	マカロニイタリアン ブロッコリーの磯和え 青梗菜のスープ 鰻とひじきのごはん(非常食) じゃが芋スティック ほうれん草の味噌汁	マカロニイタリアン ブロッコリーの磯マヨ和え 青梗菜のスープ 鰻とひじきのごはん(非常食) 牛乳	ごま塩ごはん
24木	軟飯 鶏肉のトマト煮 小松菜の和え物 お麩の味噌汁 にゅうめん バナナ きゅうりスティック	ごはん 油淋鶏 小松菜の甘酢和え お麩とねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	バナナ
25金	軟飯 鰻の煮付け もやしと人参の和え物 わかめと玉ねぎの味噌汁 じゃがバター 茹でキャベツ 豆腐の味噌汁	ごはん 回鍋肉 もやしと人参のナムル わかめと玉ねぎのスープ じゃがバター 牛乳	青のりごはん
26土	三色丼 キュービックサラダ 大根の味噌汁 さつま芋軟飯	三色丼 キュービックサラダ 大根の味噌汁 さつま芋軟飯 牛乳	
28月	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 白菜ときゅうりの浅漬け かぼちゃの味噌汁 人参おにぎり さつま芋スティック しめじの味噌汁	ごはん 豆腐の千草あんかけ 白菜ときゅうりの浅漬け かぼちゃの味噌汁 人参おにぎり 牛乳	ごま塩ごはん
29火	軟飯 鰻の味噌煮 源平煮 豆腐のすまし汁 手作りにんごジャムサンド 茹でブロッコリー 春雨スープ	ごはん 鰻の味噌煮 大根、人参、ふきの含め煮 むらも汁 手作りにんごジャムサンド 牛乳	青のりごはん
30水	軟飯 鶏肉のごま照り焼き キャベツのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 コーン粥(非常食) 高野豆腐の煮物 茹でほうれん草	ごはん 鶏肉のごま照り焼き キャベツの梅ドレッシング和え じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 コーン粥(非常食) 牛乳	バナナ
31木	軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 茹でさつま芋 小松菜と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き ヨーグルト なすの味噌汁	ごはん レバーのかりん揚げ きんぴらごぼう 小松菜と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	おかかごはん