

日曜	献立	材料名
3月	全粥 高野のスープ マッシュポテト オレンジ	米 凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、だし汁、オレンジ
4火	全粥 じゃがいもとしらす煮 サラダ煮 オレンジ	米 じゃがいも、にんじん、しらす干し、ねぎ、だし汁、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ、オレンジ
5水	全粥 鶏肉と玉ねぎ煮 ブロッコリー煮 バナナ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 ブロッコリー、キャベツ、にんじん、だし汁、片栗粉、バナナ
6木	全粥 ビーフと野菜煮 豆腐のすまし汁 オレンジ	米 ビーフ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ、オレンジ
7金	全粥 高野豆腐とじゃがいも煮 たまねぎのすまし汁 オレンジ	米 凍り豆腐、じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、オレンジ
10月	全粥 鶏肉と玉ねぎあん キャベツ煮 いちご	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、だし汁、片栗粉、いちご
11火	全粥 鶏じゃが煮 中華風サラダ煮 バナナ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、だし汁、しょうゆ、砂糖 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ、砂糖、バナナ
12水	全粥 さわらときゃべつ煮 みそ汁	米 さわら、キャベツ、にんじん、だし汁、片栗粉 たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ
13木	全粥～軟飯(金時豆) ひき肉とじゃがいも煮 野菜煮	米、いんげんまめ 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、米粉 キャベツ、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ
14金	全粥 豆腐と玉ねぎ煮 青菜のおかか煮 オレンジ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉 キャベツ、こまつな、にんじん、かつお節、だし汁、片栗粉、オレンジ
17月	全粥 鶏肉と野菜煮 サラダ煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、バナナ
18火	全粥 あかうお煮 マッシュポテト 春きゃべつのスープ	米 あかうお、だし汁、片栗粉、じゃがいも、だし汁 キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
19水	全粥 鶏肉と野菜煮 豆腐のすまし汁	米 鶏肉、片栗粉、ブロッコリー、にんじん、だし汁、しょうゆ 豆腐、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ
20木	全粥 鶏と野菜あんかけ 玉ねぎスープ オレンジ	米 鶏ひき肉、こまつな、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しいたけ、だし汁、しょうゆ、オレンジ
21金	全粥 さわらと野菜煮 じゃが芋のみそ汁	米 さわら、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、だし汁、片栗粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ
24月	全粥 五目うどん 納豆のみそ風味 バナナ	米 うどん、鶏肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ 納豆、たまねぎ、ねぎ、だし汁、みそ、砂糖、バナナ
25火	全粥 じゃがいもとひき肉煮 野菜スープ いちご	米 じゃがいも、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、いちご
26水	全粥 鶏肉と野菜煮 すまし汁	米 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、スナップえんどう、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、スナップえんどう、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ
27木	全粥 魚とじゃがいも煮 新玉ねぎのみそ汁	米 さわら、たまねぎ、じゃがいも、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、じゃがいも、ねぎ、だし汁、みそ
28金	全粥 ひじきのさらさ煮 サラダ煮 オレンジ	米 ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、だし汁、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢、砂糖、オレンジ

※ 離乳食後は欲しがるだけミルクを飲みます。  
また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。  
※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。  
※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

**1日2回食に進む頃には、主食、主菜(たんぱく質性食品)、副菜(野菜等)を組合せた食事にしませう。**  
高野豆腐は戻さずすりおろして使用すると、ふわふわした食べやすい料理になります。ぜひ使ってみてください。