

3月離乳食献立表

令和8年3月1日発行
別府つくし保育園
つばみ組

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
中期	・全粥 ・白身魚と白菜の炒り煮 ・かぼちゃの和え物 ・清汁	・全粥 ・豆腐とキャベツの炒り煮 ・ほうれん草の和え物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉と大根の煮物 ・さつま芋の温サラダ ・清汁	・全粥 ・シラスとキャベツの炒り煮 ・じゃがも煮物 ・清汁	・全粥 ・大根のそぼろ煮 ・キャベツ ・清汁	・全粥 ・豆腐と玉ねぎの炒り煮 ・シラスの和え物 ・清汁
後期	・軟飯 ・白身魚と白菜の炒り煮 ・かぼちゃの和え物 ・清汁	・軟飯 ・豆腐とキャベツの炒り煮 ・ほうれん草の和え物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉と大根の煮物 ・さつま芋の温サラダ ・清汁	・軟飯 ・シラスとキャベツの炒り煮 ・じゃがも煮物 ・清汁	・軟飯 ・大根のそぼろ煮 ・キャベツ ・清汁	・軟飯 ・豆腐と玉ねぎの炒り煮 ・シラスの和え物 ・清汁
10時のおやつ	・豆乳粥	・スティック人参	・りんご	・スティックさやうり	・粉ふき芋	・離乳食用お菓子
3時のおやつ	・豆乳のおやき	・かぼちゃのおやき	・ふかし芋	・粉ふき芋	・豆腐のおやき	・しらす粥
	9	10	11	12	13	14
中期	・全粥 ・白身魚とほうれん草の炒り煮 ・豆腐と人参の煮物 ・清汁	・全粥 ・ツナとキャベツのくたくた煮 ・大根の煮物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツの和え物 ・清汁	・全粥 ・豆腐とほうれん草の炒り煮 ・さつまいもの甘煮 ・清汁	・全粥 ・キャベツと玉ねぎの炒り煮 ・ブロッコリーの和え物 ・清汁	
後期	・軟飯 ・白身魚とほうれん草の炒り煮 ・豆腐と人参の煮物 ・清汁	・軟飯 ・ツナとキャベツのくたくた煮 ・大根の煮物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツの和え物 ・清汁	・軟飯 ・豆腐とほうれん草の炒り煮 ・さつまいもの甘煮 ・清汁	・軟飯 ・キャベツと玉ねぎの炒り煮 ・ブロッコリーの和え物 ・清汁	
10時のおやつ	・しらす粥	・スティック大根	・バナナ	・さつま芋スティック	・スティック人参	
3時のおやつ	・お麩れんちと一すど	・野菜のおやき	・鮭粥	・お麩のきな粉和え	・パン粥	
	16	17	18	19	20	21
中期	・全粥 ・しらすと白菜の煮物 ・ほうれん草の和え物 ・清汁	・全粥 ・ほうれん草の炒り煮 ・豆腐の煮物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とキャベツの煮物 ・大根の煮物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉と玉ねぎの炒り煮 ・じゃがいもの温サラダ ・清汁		・鶏肉と野菜のだしうどん ・ブロッコリーと人参の和え物
後期	・軟飯 ・しらすと白菜の煮物 ・ほうれん草の和え物 ・清汁	・軟飯 ・ほうれん草の炒り煮 ・豆腐の煮物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とキャベツの煮物 ・大根の煮物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉と玉ねぎの炒り煮 ・じゃがいもの温サラダ ・清汁		・鶏肉と野菜のだしうどん ・ブロッコリーと人参の和え物
10時のおやつ	・人参粥	・オレンジ	・スティックさやうり	・粉ふき芋		・離乳食用お菓子
3時のおやつ	・フルーツ和え	・玉葱のおやき	・野菜のおやき	・かぼちゃのおやき		・バナナのおやき
	23	24	25	26	27	28
中期	・全粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・人参白和え ・清汁	・全粥 ・大根と豆腐の煮物 ・シラスと人参の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・人参の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とキャベツのくたくた煮 ・さつま芋の温サラダ ・清汁	・全粥 ・ビービー肉じゃが ・キャベツの和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの煮物 ・じゃがいもと人参の煮物 ・清汁
後期	・軟飯 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・人参白和え ・清汁	・軟飯 ・大根と豆腐の煮物 ・シラスと人参の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・人参の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とキャベツのくたくた煮 ・さつま芋の温サラダ ・清汁	・軟飯 ・ビービー肉じゃが ・キャベツの和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの煮物 ・じゃがいもと人参の煮物 ・清汁
10時のおやつ	わかめ粥	・スティック大根	・りんご	・さつま芋スティック	・スティック人参	・離乳食用お菓子
3時のおやつ	・豆腐のおやき	・お麩れんちと一すど	・きな粉のおやき	・ふかし芋	・野菜粥	・豆乳おやき
	30	31				
中期	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・キャベツの和え物 ・清汁	・全粥 ・ツナと白菜の炒り煮 ・お芋の温サラダ ・清汁				
後期	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・キャベツの和え物 ・清汁	・軟飯 ・ツナと白菜の炒り煮 ・お芋の温サラダ ・清汁				
10時のおやつ	ゆかり粥	・粉ふき芋				
3時のおやつ	・りんごのおやき	・さつま芋金団				