



# 2022年度 3月 離乳食献立表



認定こども園 ひかり

※月齢・個人によって献立が変更になります。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・煮魚（たら）</li> <li>・肉じゃが</li> <li>・小松菜と豆腐のみそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・ひき肉入り納豆</li> <li>・キャベツと人参のツナ煮</li> <li>・さつまいものみそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・にんじんがゆ</li> <li>・肉団子の野菜あんかけ（玉ねぎ、人参）</li> <li>・大根とほうれん草のみそ汁</li> <li>・いちご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・煮込みうどん（人参、だいこん）</li> <li>・里芋のそぼろあんかけ</li> <li>・小松菜のしらす煮</li> <li>・りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ツナがゆ</li> <li>・ほうれん草と人参のたまごとし</li> <li>・じゃが芋のみそ汁</li> <li>・バナナ</li> </ul>
7	8	9	10	11	12
<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・肉豆腐風（豆腐、人参、ねぎ、鶏肉）</li> <li>・マカロニのケチャップ煮</li> <li>・ほうれん草のかき玉汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・煮魚（さけ）</li> <li>・南瓜の煮物</li> <li>・白菜と人参のみそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・人参入りミートボール</li> <li>・ゆでブロッコリー</li> <li>・白菜のたまごスープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スティック食パン</li> <li>・人参と玉ねぎのそぼろ煮</li> <li>・ほうれん草のしらす煮</li> <li>・南瓜のポタージュ風</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・じゃが芋のツナ煮</li> <li>・スティック人参</li> <li>・玉ねぎのみそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ほうれん草のかき玉にゆうめん</li> <li>・南瓜のそぼろ煮</li> <li>・人参のりんご煮</li> </ul>
14	15	16	17	18	19
<ul style="list-style-type: none"> <li>・そぼろがゆ</li> <li>・人参とさつまいものココロ煮</li> <li>・豆腐のたまごスープ</li> <li>・バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・キャベツ入り肉団子</li> <li>・豆腐と人参のみそ汁</li> <li>・りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スティックパン</li> <li>・鶏肉とじゃが芋のおやき</li> <li>・人参とキャベツのツナ煮</li> <li>・かぶのスープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・大根と人参のそぼろあんかけ</li> <li>・ゆでブロッコリー</li> <li>・野菜スープ（じゃが芋、玉ねぎ、キャベツ）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・そぼろうどん</li> <li>・ほうれん草と人参のしらす煮</li> <li>・さつまいもの煮物</li> <li>・バナナ、いちご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すがゆ</li> <li>・煮魚（たら）</li> <li>・キャベツのそぼろ煮</li> <li>・具沢山のみそ汁（人参、大根、豆腐）</li> </ul>