



3月 献立表（離乳食）



日付	曜日	午前おやつ (中期・後期)	献立名 離乳(初期) パースト食	献立名 離乳(中期)	献立名 離乳(後期)	午後おやつ (中期・後期)	日付	曜日	午前おやつ (中期・後期)	献立名 離乳(初期) パースト食	献立名 離乳(中期)	献立名 離乳(後期)	午後おやつ (中期・後期)
1	金	人参の煮物	じゃが芋 人参 ブロッコリー 10倍がゆ	鶏じゃが ブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏じゃが ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン	15	金	ポーロ	じゃが芋 人参 キャベツ 10倍がゆ	鶏肉と野菜のとりみ煮 じゃがいもの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏肉と野菜のとりみ煮 じゃがいもの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	野菜おじや
2	土	ポーロ	たら 南瓜 玉葱 10倍がゆ	白身魚と野菜うどん 南瓜の煮物 白菜の煮浸し	白身魚と野菜うどん 南瓜の煮物 白菜の煮浸し	せんべい	16	土	人参の煮物	さつま芋 小松菜 人参 10倍がゆ	五目うどん さつま芋の煮物 小松菜の煮浸し	五目うどん さつま芋の煮物 小松菜の煮浸し	せんべい
4	月	せんべい	南瓜 玉葱 小松菜 10倍がゆ	鶏肉の照り煮 小松菜の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏肉の照り煮 小松菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(バナナ)	18	月	せんべい	たら ブロッコリー 人参 10倍がゆ	白身魚の野菜あんかけ ブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	白身魚の野菜あんかけ ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(りんご)
5	火	人参の煮物	じゃがいも 人参 キャベツ 10倍がゆ	鶏肉と野菜のとりみ煮 じゃがいもの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏肉と野菜のとりみ煮 じゃがいもの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	蒸し南瓜	19	火	蒸しじゃがいも	豆腐 人参 大根 10倍がゆ	豆腐と野菜の煮物 人参の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	豆腐と野菜の煮物 人参の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	ホットケーキ
6	水	南瓜の煮物	たら 大根 ブロッコリー 10倍がゆ	白身魚の煮付 ブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	蒸しさつまいも	20	水	大根の煮物	さつま芋 ほうれん草 玉葱 10倍がゆ	鶏肉の照り煮 さつま芋の煮物 7倍がゆ 味噌汁	鶏肉の照り煮 さつま芋の煮物 5倍がゆ 味噌汁	にんじん蒸しパン
7	木	蒸しじゃがいも	たら 南瓜 玉葱 10倍がゆ	白身魚と野菜の煮物 南瓜の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	白身魚と野菜の煮物 南瓜の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	にんじん蒸しパン	22	金	さつまいもの煮物	南瓜 ブロッコリー 玉葱 10倍がゆ	五目うどん 蒸かぼちゃ ブロッコリーの煮浸し	五目うどん 蒸かぼちゃ ブロッコリーの煮浸し	野菜おじや
8	金	大根の煮物	さつま芋 ブロッコリー 人参 10倍がゆ	鶏挽肉と野菜のうどん さつま芋の煮物 ブロッコリーの煮浸し	鶏挽肉と野菜のうどん さつま芋の煮物 ブロッコリーの煮浸し	野菜おじや	25	月	せんべい	豆腐 じゃが芋 人参 10倍がゆ	豆腐と野菜の煮物 小松菜の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	豆腐と野菜の煮物 小松菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	蒸し南瓜
9	土	人参の煮物	じゃがいも 玉葱 人参 10倍がゆ	鶏塩おじや じゃがいもの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏塩おじや じゃがいもの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	せんべい	26	火	大根の煮物	南瓜 キャベツ 人参 10倍がゆ	鶏肉の照り煮 蒸かぼちゃ 7倍がゆ 味噌汁	鶏肉の照り煮 蒸かぼちゃ 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン
11	月	せんべい	たら 人参 玉葱 10倍がゆ	白身魚おじや じゃが芋の旨煮 人参の煮浸し	白身魚おじや じゃが芋の旨煮 人参の煮浸し	フルーツ(バナナ)	27	水	人参の煮物	豆腐 さつま芋 人参 10倍がゆ	豆腐と野菜の煮物 蒸しさつま芋 7倍がゆ 味噌汁	豆腐と野菜の煮物 蒸しさつま芋 5倍がゆ 味噌汁	煮込みうどん
12	火	フルーツ(バナナ)	南瓜 ほうれん草 キャベツ 10倍がゆ	鶏肉の照り煮 南瓜の煮物 7倍がゆ 味噌汁	鶏肉の照り煮 南瓜の煮物 5倍がゆ 味噌汁	食パン	28	木	せんべい	たら 人参 小松菜 10倍がゆ	白身魚の煮付 小松菜の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 小松菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	ホットケーキ
13	水	南瓜の煮物	たら さつま芋 ほうれん草 10倍がゆ	白身魚の煮付 蒸しさつまいも 7倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 蒸しさつまいも 5倍がゆ 味噌汁	煮込みうどん	29	金	ポーロ	じゃが芋 ほうれん草 人参 10倍がゆ	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 ほうれん草の煮浸し	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 ほうれん草の煮浸し	フルーツ(バナナ)
14	木	大根の煮物	じゃがいも 小松菜 玉葱 10倍がゆ	鶏じゃが ブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏じゃが ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン	30	土	さつまいもの煮物	たら 人参 玉葱 10倍がゆ	白身魚の野菜あんかけ 人参の煮物 7倍がゆ 味噌汁	白身魚の野菜あんかけ 人参の煮物 5倍がゆ 味噌汁	せんべい