



3月の離乳食献立表（後期～完了期）



令和6年3月1日

池田市立保育所・認定こども園

| 実施日 | 献立名 | | 後期（9～11ヶ月） | | 間食（午後） | 献立名 | |
|-------|-------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------------|----|
| | 間食（午前） | 昼食 | 食品名 | | | 完了期（12～18ヶ月） | 昼食 |
| | | | | | | | |
| 1(金) | 調乳 あられ | 雑炊→まぜ軟飯 煮魚 すまし汁 | 米 人参 卵 三度豆 きざみやきのり 醤油 砂糖 だし汁 代替) コーン。カレイ 砂糖 醤油 だし汁 【油(完了)】 大根 しめじ 人参 小松菜 醤油 だし汁。 | 調乳 ミニゼリー ポーロ | 調乳 ミニゼリー ポーロ | まぜ軟飯→まぜごはん 魚の照り焼き すまし汁 | |
| 2(土) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 麻婆風 すまし汁 | 米。豚ひき肉 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 生しいたけ みそ 醤油 だし汁 代替) じゃが芋 はくさい 大根 人参 醤油 だし汁。 | 調乳 ゼリー せんべい | 調乳 ゼリー せんべい | 軟飯→ごはん 麻婆風 すまし汁 | |
| 4(月) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 高野豆腐の含め煮 みそ汁 | 米。鶏肉 高野豆腐 はくさい 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。かぼちゃ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / 豚肉 長いも キャベツ 小麦粉 あおのり だし汁 油。 | 調乳 ☆やわらかお好み焼き | 調乳 ☆やわらかお好み焼き | 軟飯→ごはん 高野豆腐の含め煮 みそ汁 | |
| 5(火) | 調乳 ビスケット | パンがゆ→トースト 豚肉と野菜の煮物 野菜スープ・デ) バナナ | 食パン 育児用ミルク。豚肉 ビーフン 玉ねぎ 人参 生しいたけ 醤油 砂糖 だし汁。 キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 醤油 だし汁。 バナナ。 | 調乳 ミニゼリー せんべい | 調乳 ミニゼリー せんべい | トースト 豚肉と野菜の煮物 野菜スープ・デ) バナナ | |
| 6(水) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 鮭缶と野菜の煮物 青菜のすまし汁 | 米。鮭缶 キャベツ 玉ねぎ 人参 醤油 砂糖 だし汁。 ほうれん草 人参 大根 醤油 だし汁。 /かぼちゃペースト 育児用ミルク 砂糖 ゼラチン。 | 調乳 ☆かぼちゃゼリー せんべい | 調乳 ☆かぼちゃゼリー せんべい | 軟飯→ごはん 鮭缶と野菜の煮物 青菜のすまし汁 | |
| 7(木) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 煮魚 すまし汁 | 米。鮭 醤油 砂糖 だし汁。そうめん 人参 しめじ チンゲン菜 醤油 だし汁。 / さつまいも。 | 調乳 ☆ふかしいも | 調乳 ☆ふかしいも | かゆ→軟飯 煮魚 すまし汁 | |
| 8(金) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁 | 米。 カレイ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 人参 じゃが芋 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。 | 調乳 ミニゼリー ウエハース | 調乳 ミニゼリー ウエハース | 軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁 | |
| 9(土) | 調乳 せんべい | 煮込みスパゲッティ 野菜スープ りんご | スパゲッティ ツナ水煮缶 玉ねぎ 人参 しめじ 醤油 砂糖 だし汁。しめじ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 醤油 だし汁。りんご / さつまいも | 調乳 ふかしいも せんべい | 調乳 ふかしいも せんべい | 煮込みスパゲッティ 野菜スープ りんご | |
| 11(月) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 肉じゃが フルーツサラダ ミニゼリー | 米。牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。バナナ きゅうり りんごすりおろし。 ミニゼリー。 | 調乳 せんべい ビスケット | 調乳 せんべい ビスケット | 軟飯→ごはん 肉じゃが フルーツサラダ ミニゼリー | |
| 12(火) | 調乳 ビスケット | かゆ→軟飯 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁 | 米。鶏肉 キャベツ 人参 菜の花 醤油 砂糖 だし汁。 白玉麩 わかめ 醤油 だし汁。 / 米粉 ベーキングパウダー 砂糖 長いも さやえんどう。 | 調乳 ☆えんどうのかるかん せんべい | 調乳 ☆えんどうのかるかん せんべい | 軟飯→ごはん 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁 | |
| 13(水) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 豆腐と野菜の煮物 中華スープ テ) バナナ | 米。豚肉 豆腐 玉ねぎ 人参 生しいたけ 砂糖 醤油 だし汁 代替) じゃが芋。うどん 豚肉 キャベツ 人参 もやし ほうれん草 醤油 だし汁。 バナナ。 /マカロニ きな粉 砂糖。 | 調乳 ☆やわらかかわりあべかわ | 調乳 ☆やわらかかわりあべかわ | 軟飯→ごはん 豆腐と野菜の煮物 中華スープ テ) バナナ | |
| 14(木) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 カレイのみそ煮 けんちん汁 | 米。カレイ ブロッコリー みそ 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。鶏肉 豆腐 人参 大根 生しいたけ 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 / りんご。 | 調乳 りんご せんべい | 調乳 りんご せんべい | 軟飯→ごはん カレイのみそ煮 けんちん汁 | |
| 15(金) | 調乳 あられ | かゆ→軟飯 野菜の卵とし 野菜スープ | 米。卵 玉ねぎ 生しいたけ グリンピース 人参 醤油 砂糖 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉 代替) じゃが芋。 代替) コーン。豚肉 玉ねぎ キャベツ 木綿豆腐 ほうれんそう 醤油 だし汁。 / ホットケーキミックス バナナ 育児用ミルク。 | 調乳 ☆やわらか バナナ蒸しパン | 調乳 ☆やわらか バナナ蒸しパン | 軟飯→ごはん 野菜の卵とし 野菜スープ | |
| 16(土) | 調乳 せんべい | 人参かゆ→軟飯 みそ汁 りんご | 米 人参。豚肉 さつまいも 大根 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 りんご。 | 調乳 ゼリー せんべい | 調乳 ゼリー せんべい | 人参軟飯→人参ごはん みそ汁 りんご | |
| 18(月) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 肉じゃが みそ汁 デザート(バナナ) | 米。牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。木綿豆腐 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。バナナ。 / うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。 | 調乳 ☆煮込みうどん | 調乳 ☆煮込みうどん | 軟飯→ごはん 肉じゃが みそ汁 デザート(バナナ) | |
| 19(火) | 調乳 ビスケット | かゆ→軟飯 えんどうの卵とし そうめんのすまし汁 | 米。えんどう 鶏肉 人参 豆腐 卵 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 代替) コーン。 そうめん 人参 しめじ ほうれん草 醤油 だし汁。 | 調乳 ミニゼリー せんべい | 調乳 ミニゼリー せんべい | 軟飯→ごはん えんどうの卵とし そうめんのすまし汁 | |
| 21(木) | 調乳 せんべい | パンがゆ→ロールパン 野菜のミルク煮 煮びたし | ロールパン 野菜スープ。豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ブロッコリー しめじ 育児用ミルク だし汁。キャベツ きゅうり 醤油 だし汁。 / うどん(ゆで) 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 醤油 だし汁。 | 調乳 ☆煮込みうどん | 調乳 ☆煮込みうどん | ロールパン 野菜のミルク煮 煮びたし | |
| 22(金) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 | 米。豆腐 玉ねぎ ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁。 さつまいも 大根 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 / バナナ。 | 調乳 バナナ せんべい | 調乳 バナナ せんべい | 軟飯→ごはん 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 | |
| 23(土) | 調乳 せんべい | 味噌煮込みうどん りんご | うどん(ゆで) はくさい しめじ わかめ 人参 みそ だし汁。りんご / さつまいも | 調乳 ふかしいも せんべい | 調乳 ふかしいも せんべい | 味噌煮込みうどん りんご | |
| 25(月) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト | 米。牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。大根 きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。ヨーグルト / 清見オレンジ。 | 調乳 りんご せんべい | 調乳 清見オレンジ せんべい | 軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト | |
| 26(火) | 調乳 ビスケット | かゆ→軟飯 鮭と野菜の煮物 みそ汁 | 米。鮭 人参 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁。 はくさい 木綿豆腐 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / りんご | 調乳 りんご せんべい | 調乳 りんご せんべい | 軟飯→ごはん 鮭と野菜の煮物 みそ汁 | |
| 27(水) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 卵とし すまし汁 | 米。卵 人参 玉ねぎ 鶏ひき肉 生しいたけ 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。代替) 豚ひき肉 代替) コーン / 白玉麩 とろろ昆布 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。 じゃがいも。 | 調乳 ふかしおじゃが | 調乳 ふかしおじゃが | 軟飯→ごはん 卵とし すまし汁 | |
| 28(木) | 調乳 せんべい | パンがゆ→ロールパン 豆と野菜の煮物 ほうれん草スープ | ロールパン 育児用ミルク。豚肉 大豆 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマトケチャップ 醤油 砂糖 だし汁。豆腐 ほうれんそう 人参 醤油 だし汁。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク 砂糖。 | 調乳 ☆やわらかミルク蒸しパン ビスケット | 調乳 ☆やわらかミルク蒸しパン ビスケット | ロールパン 豆と野菜の煮物 ほうれん草スープ | |
| 29(金) | 調乳 あられ | かゆ→軟飯 肉と野菜の煮物 みそ汁 テ) みかん | 米。牛肉 玉ねぎ キャベツ 人参 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。豆腐 わかめ はくさい えのきだけ 人参 みそ だし汁。みかん。 | 調乳 ミニゼリー せんべい | 調乳 ミニゼリー せんべい | 軟飯→ごはん 肉と野菜の煮物 みそ汁 テ) みかん | |
| 30(土) | 調乳 せんべい | 煮込みスパゲッティ 野菜スープ りんご | スパゲッティ 豚挽き肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトケチャップ だし汁。しめじ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 だし汁。りんご。 / さつまいも。 | 調乳 ふかしいも せんべい | 調乳 ふかしいも せんべい | 煮込みスパゲッティ 野菜スープ りんご | |