

## 平成31年3月献立表（後期・カミカミ期）



### ●ひとことメッセージ●

手づかみ食べから遊び食べが始まることがあります。遊び食べは食への興味でもあります。食事の前はおもちゃを片付けて椅子に座って食べると一連の流れを習慣づけたり、食事の時間を決めて、遊び始めてしまったら、「ごちそうさまね」と声を掛けて気持ちを切り替えましょう。成長の一部ですので優しく見守ることも大切です。

		1	2	3	4	5	6		
		金	土	日	月	火	水	木	金
		5倍粥	赤ちゃん五目うどん	ほくほく肉じゃが	きゅうりとレタスの温サラダ	ほうれん草の豆腐和え	わかめのさつまいも和え	赤ちゃん味噌汁	
		さくらのパンケーキ	パングラタン	ミルク	ミルク				
4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
赤ちゃんちらし粥	5倍粥	カラフル粥	チーズトースト	小豆粥	きのこチキンのにゅう麺				
鮭の照り煮	鶏肉の野菜あんかけ	のし鶏	お麩入りハンバーグ	カレイの西京焼き	春野菜のだし煮				
春野菜のおかか和え	わかめのさっぱり和え	スティックサラダ	ポテトとブロッコリーのサラダ	青菜の三色和え	りんごホットサラダ				
赤ちゃんすまし汁	豆腐のスープ	野菜スープ	野菜スープ	赤ちゃんすまし汁	野菜スープ				
お麩ピザ	赤ちゃんドリア	フルーツコンポート	クリームマカロニ	きな粉蒸しパン	さつまいもの甘煮				
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク				
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
5倍粥	鶏だしうどん	りんご粥	チーズ粥	トマト粥	かきたまうどん				
鶏肉のトマト煮込み	ツナとポテトのチーズおやき	たらと大根の煮物	鮭のバター焼き	チキンのパン粉焼き	肉と野菜の炒め煮				
さっぱりサラダ	ブロッコリーサラダ	春野菜の白和え	チーズとキャベツのサラダ	春野菜のミモザサラダ	マッシュポテト				
ミルクスープ		赤ちゃん味噌汁	野菜スープ	野菜スープ					
野菜うどん	たまご雑炊	いちごの蒸しパン	きなこトースト	豆乳プリン	りんごのパンケーキ				
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク				
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
小松菜粥	たまご粥	5倍粥	<b>春分の日</b>	さつまいも粥	あんかけ焼きそば				
擬製豆腐	鶏そぼろの野菜あんかけ	フィッシュシチュー		ささみのみぞれ煮	しらす団子の野菜煮				
わかめと大根の煮物	三色ごま和え	コロコロサラダ	きゅうりの納豆和え	わかめサラダ					
赤ちゃん味噌汁	野菜スープ	野菜スープ	赤ちゃん味噌汁	野菜スープ					
手作りボーロ	お好み焼き風蒸しパン	さつまいも団子のおしるこ		お麩ラスク	野菜たっぷりキッシュ				
ミルク	ミルク	ミルク		ミルク	ミルク				
25	26	27	28	29	30	31	1	2	3
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
三色粥	5倍粥	小松菜粥	きなこ粥	りんご粥	野菜たっぷりうどん				
そぼろの中華煮	魚と納豆のとろみ煮	ひじき入り鶏団子	鮭のチーズ焼き	鶏肉のクリーム煮	ささみのほぐし煮				
千切りサラダ	春キャベツと卵のお浸し	五目野菜煮	カラフルサラダ	シーザーサラダ	みかんとキャベツのサラダ				
野菜スープ	具だくさん汁	赤ちゃん味噌汁	赤ちゃん味噌汁	野菜スープ					
パン粥	フルーツ寒天	にんじんケーキ	マッシュポテトグラタン	やわらかプリン	フレンチトースト				
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク				

卒園式

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。 からまつ保育園  
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

## 平成31年3月献立表（完了期・パクパク期）



●ひとことメッセージ●

この時期は「食べさせてもらう」から「自分で食べる」の自立に向けた時期です。食具を使って食べてもはじめはうまくいかず、こぼしてしまうこともあるかと思いますが、手を添えるなど適度に介助をしてあげながら見守りましょう。経験を積み重ねているうちに、手首や指先を自分で調節しながら食べられるようになっていくでしょう。

				1	2
				金	土
				軟飯 ほくほく肉じゃが 大根とほうれん草のごま和え 厚揚げの味噌汁 りんご さくらのパンケーキ 麦茶	赤ちゃん五目ラーメン きゅうりとレタスの和え物 赤ちゃんみかん寒天 パングラタン 麦茶
4	5	6	7	8	9
月	火	水	木	金	土
桃の節句				卒園式	
赤ちゃんちらし粥 鮭の照り焼き 春野菜のおかか和え お花畑のすまし汁 3月のバースディケーキ	軟飯 鶏肉の野菜あんかけ わかめのさっぱり和え くずし豆腐のスープ アップル寒天	カラフル粥 のし鶏 スティックサラダ 野菜スープ みかん	チーズトースト お麩入りハンバーグ ポテとブロッコリーのサラダ オニオンスープ ヨーグルト	小豆粥 さわらの西京焼き 青菜の三色和え 赤ちゃんすまし汁 いちご	きのことチキンのスパゲティ アスパラサラダ キャベツのスープ りんご
お麩ピザ 麦茶	赤ちゃんドリア 麦茶	フルーツコンポート 麦茶	クリームマカロニ 麦茶	きなこ蒸しパン 麦茶	さつまいもの甘煮 麦茶
11	12	13	14	15	16
月	火	水	木	金	土
軟飯 鶏肉のトマト煮込み さっぱりサラダ 青菜とコーンのミルクスープ 清見オレンジ	鶏だしラーメン ツナとポテトのチーズおやき ブロッコリーサラダ いちご	たけのこ粥 ぶり大根 春野菜の白和え わかめの味噌汁 りんご	二色おにぎり 鮭のバター焼き チーズとキャベツのサラダ 野菜スープ ヨーグルト	トマト粥 チキンのパン粉焼き 春野菜のミモザサラダ レタススープ でこぼん	かきたまうどん 肉と野菜の炒め煮 グレープ寒天
野菜うどん 麦茶	たまご雑炊 麦茶	いちごの蒸しパン 麦茶	きなこトースト 麦茶	豆乳プリン 麦茶	りんごのパンケーキ 麦茶
18	19	20	21	22	23
月	火	水	木	金	土
にんじん粥 擬製豆腐 小松菜と油揚げの煮びたし たけのこの味噌汁 赤ちゃんみかん寒天	たまご粥 鶏そぼろの野菜あんかけ 三色ごま和え 野菜スープ 赤ちゃんりんご寒天	軟飯 フィッシュシチュー コロコロサラダ ほうれん草のスープ せとか	<b>春分の日</b>	さつまいも粥 ささみのみぞれ煮 きゅうりの納豆和え もやしと油揚げの味噌汁 ヨーグルト	あんかけ焼きそば しらすのサラダ わかめスープ りんご
手作りボーロ 麦茶	お好み焼き風蒸しパン 麦茶	さつまいも団子のおしるこ 麦茶		お麩ラスク 麦茶	野菜たっぷりキッシュ 麦茶
25	26	27	28	29	30
月	火	水	木	金	土
三色粥 そぼろの中華煮 千切りサラダ 中華風コーンスープ 清見オレンジ	軟飯 魚と納豆のとろみ煮 春キャベツと卵のお浸し 具だくさん汁 いちご	大根菜粥 ひじき入り鶏団子 たけのこの煮物 小松菜の味噌汁 ヨーグルト	きなこ粥 鮭のチーズ焼き 蒸しキャベツ プチトマト 厚揚げの味噌汁 せとか	軟飯 豚肉のクリーム煮 シーザーサラダ 白菜のスープ りんご	野菜たっぷりうどん ちくわのサラダ 赤ちゃんみかん寒天
パン粥 麦茶	フルーツ寒天 麦茶	にんじんケーキ 麦茶	マッシュポテトグラタン 麦茶	やわらかプリン 麦茶	フレンチトースト 麦茶

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

からまつ保育園

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。