

令和7年3月献立表（後期・カミカミ期）

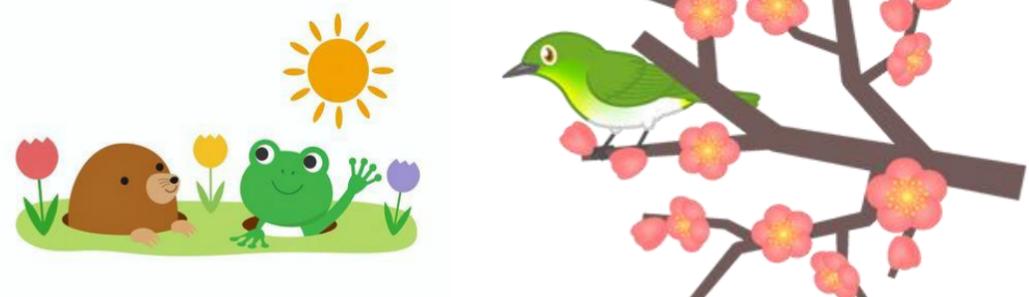
日にち						1
曜日						土
離乳食	<p style="text-align: center;">●ひとことメッセージ●</p> <p>食事を食べたり食べなかったり、日によって食べむらがあるのはこの時期によくあることです。 1回の食事の量で考えるのではなく、1週間単位で食べた量や食材を判断するとよいでしょう。 「栄養が偏ってしまうのでは？」と心配する方もいるかと思いますが、お子さんの体重が順調に増えていたり、機嫌よく過ごしているようでしたらそのままのペースで無理なく進めていきましょう。</p>					トマトマカロニ ころころサラダ 赤ちゃんスープ
おやつ						こふきいも ミルク
日にち	3	4	5	6	7	8
曜日	月	火	水	木	金	土
離乳食	ちらし寿司風お粥 鶏つくね キャベツのお浸し 赤ちゃんすまし汁	あんかけうどん 根菜サラダ 赤ちゃんかき玉汁	チーズスティックパン 鶏肉のトマト煮 小松菜のサラダ 赤ちゃんスープ	にんじん粥 鮭の味噌焼き ほうれん草の玉子和え 赤ちゃんすまし汁	5倍粥 野菜と肉の中華煮 もやしとにんじんの和え物 赤ちゃんスープ	ひすいうどん ささみのおかか和え 赤ちゃんスープ
おやつ	いちご ミルク	マカロニきなこ ミルク	ころころマッシュポテト ミルク	焼きうどん ミルク	やわらかプリン ミルク	お麩ラスク ミルク
日にち	10	11	12	13	14	15
曜日	月	火	水	木	金	土
離乳食	野菜たっぷり雑炊 肉団子の甘酢あん きゅうりのさっぱり和え 赤ちゃんスープ	にんじん粥 ツナと野菜の煮物 ポテトサラダ 赤ちゃん味噌汁	ミートマカロニ スティックサラダ 赤ちゃんスープ	スティックパン ふんわりハンバーグ チーズサラダ 赤ちゃんチャウダー	ほうれん草粥 フィッシュシチュー トマトサラダ 赤ちゃんスープ	野菜煮込みうどん ブロッコリーとコーンの炒め物 赤ちゃんスープ
おやつ	チーズ蒸しパン ミルク	オムレツ ミルク	いちご ミルク	にゅう麺 ミルク	手作りきなこボーロ ミルク	いちご ミルク
日にち	17	18	19	20	21	22
曜日	月	火	水	木	金	土
離乳食	彩り粥 カレイの夕焼け小焼き かぶと春キャベツの和え物 赤ちゃん味噌汁	チーズスティックパン ほぐしささみの野菜あん ブロッコリーサラダ 赤ちゃんスープ	肉野菜うどん フーチャンプルー 赤ちゃんスープ	春分の日	5倍粥 赤ちゃんマーボー豆腐風 大根サラダ 赤ちゃんスープ	鶏だしにゅう麺 ポテトサラダ 赤ちゃんスープ
おやつ	小松菜のクリームマカロニ ミルク	じゃがいもおやき ミルク	手作りクッキー ミルク		ころころおにぎり ミルク	赤ちゃんせんべい ミルク
日にち	24	25	26	27	28	29
曜日	月	火	水	木	金	土
離乳食	玉子粥 豆腐入り肉団子 小松菜とにんじんの和え物 赤ちゃんスープ	鮭のクリームマカロニ 野菜のグラッセ 赤ちゃんポトフ	スティックパン チキンとにんじんのうま煮 ミモザサラダ 赤ちゃんスープ	ブロッコリー粥 たらのみぞれ煮 三色和え ヨーグルト	チーズ粥 新じゃがとお肉の煮込み ヨーグルトサラダ 赤ちゃんスープ	味噌煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 赤ちゃんスープ
おやつ	スティックトースト ミルク	手作りボーロ ミルク	野菜雑炊 ミルク	清見オレンジ ミルク	きなこ蒸しパン ミルク	お麩ピザ ミルク
日にち	31					
曜日	月					
離乳食	トマト粥 カレイのソテー にんじんドレッシングサラダ 赤ちゃんスープ					
おやつ	野菜うどん ミルク					

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和7年3月献立表（完了期・パクパク期）

日にち	 <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;">●ひとことメッセージ●</p> <p>大人と同じように朝・昼・晩の三食を食べるようになってきているかと思いますが、三食目はあまり遅い時間にならないように気をつけましょう。</p> <p>食べる時間が遅いと寝つきが悪かったり、消化不良になってしまうこともあります。食事をしっかりとるためにも、保育園では日中、お友達と園庭やお砂場で遊び、体を動かして過ごすことで、お昼にお腹を空かせるリズムを作っています。</p> </div>					1
曜日						土
朝おやつ						赤ちゃんせんべい
離乳食						トマトマカロニ ころころサラダ 赤ちゃんスープ りんご寒天
おやつ						こふきいも 麦茶
日にち	3	4	5	6	7	8
曜日	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	にんじん	きゅうり	にんじん	きゅうり	食パン	赤ちゃんクッキー
離乳食	ちらし寿司風お粥 鶏つくね キャベツのお浸し 赤ちゃんすまし汁 豆乳寒天	あんかけうどん れんこんとにんじんのサラダ 赤ちゃんかき玉汁 みかん寒天	チーズスティックパン 豚肉のトマト煮 小松菜のサラダ 赤ちゃんスープ ヨーグルト	にんじん粥 鮭の味噌焼き ほうれん草の玉子和え 赤ちゃんすまし汁 3月のパースディケーキ	軟飯 野菜と肉の中華煮 もやしのナムル 赤ちゃんスープ せとか	ひすいうどん ささみのごま和え 赤ちゃんスープ ミルク寒天
おやつ	いちご 麦茶	マカロニきなこ ミルク	ころころマッシュポテト ミルク	焼きうどん 麦茶	やわらかプリン ミルク	お麩ラスク 麦茶
日にち	10	11	12	13	14	15
曜日	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	きゅうり	食パン	にんじん	きゅうり	にんじん	赤ちゃんクッキー
離乳食	野菜たっぷり雑炊 肉団子の甘酢あん きゅうりのさっぱり和え 赤ちゃんスープ みかん寒天	にんじん粥 ツナと野菜の煮物 ポテトサラダ 赤ちゃん味噌汁 ヨーグルト	ミートマカロニ スティックサラダ 赤ちゃんスープ いちご	スティックパン ふんわりハンバーグ チーズサラダ 赤ちゃんチャウダー りんご寒天	ほうれん草粥 フィッシュシチュー トマトサラダ 赤ちゃんスープ 清見オレンジ	野菜煮込みうどん ブロッコリーとコーンの炒め物 赤ちゃんスープ 豆乳寒天
おやつ	チーズ蒸しパン 麦茶	オムレツ ミルク	赤ちゃんせんべい 麦茶	にゅう麺 麦茶	手作りきなこボーロ ミルク	いちご 麦茶
日にち	17	18	19	20	21	22
曜日	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	にんじん	きゅうり	にんじん		食パン	赤ちゃんビスケット
離乳食	彩り粥 カレイの夕焼け小焼き かぶと春キャベツの浅漬け風 赤ちゃん味噌汁 清見オレンジ	チーズスティックパン ほぐしささみの野菜あん ブロッコリーサラダ 赤ちゃんスープ ミルク寒天	肉野菜うどん フーチャンプルー 赤ちゃんスープ りんご寒天	春分の日	軟飯 赤ちゃんマーボー豆腐 大根サラダ 赤ちゃんわかめスープ ヨーグルト	鶏だしにゅう麺 ポテトサラダ 赤ちゃんスープ みかん寒天
おやつ	小松菜のクリームマカロニ 麦茶	じゃがいもおやき ミルク	手作りクッキー ミルク		ころころおにぎり 麦茶	赤ちゃんせんべい 麦茶
日にち	24	25	26	27	28	29
曜日	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	食パン	きゅうり	にんじん	きゅうり	にんじん	赤ちゃんクッキー
離乳食	玉子粥 豆腐入り肉団子 小松菜とにんじんの和え物 赤ちゃんスープ ミルク寒天	鮭のクリームマカロニ 野菜のグラッセ 赤ちゃんポトフ 豆乳寒天	スティックパン チキンとにんじんのソテー ミモザサラダ 赤ちゃんスープ ヨーグルト	ブロッコリー粥 たらのみぞれ煮 三色和え 赤ちゃん豚汁 清見オレンジ	チーズ粥 新じゃがとお肉の煮込み シーザーサラダ 赤ちゃんスープ りんご寒天	味噌煮込みうどん かぼちやのそぼろ煮 赤ちゃんスープ ミルク寒天
おやつ	スティックトースト 麦茶	手作りボーロ ミルク	野菜雑炊 麦茶	豆乳プリン 麦茶	きなこ蒸しパン ミルク	お麩ピザ 麦茶
日にち	31					
曜日	月					
朝おやつ	きゅうり					
離乳食	トマト粥 えびのすりみ焼き にんじんドレッシングサラダ 赤ちゃんスープ 豆乳寒天					
おやつ	野菜うどん 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。