

☆2024年3月離乳食献立表☆

共栄保育園・みのり園

		月 3 17-31		火 4-18	水 5-19	木 6	金 7-21	土 8-22
中期 7~8ヵ月頃		<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; background-color: #fff9c4;"> <p>★印がついているメニューは、 ぞう組さんがリクエストしてくれた メニューです!!!!!!</p> </div>						
後期 9~11ヵ月頃								
完了期 12~18ヵ月頃		ひなまつりランチ ★鶏のから揚げ ブロッコリー すまし汁	ごはん ★鶏のから揚げ 人参しりしり すまし汁 いちご	★のりごはん ★鮭の塩焼き ほうれん草のごま和え みそ汁	スタミナ丼 春雨サラダ わかめスープ	ごはん カレイの磯辺揚げ がんと南瓜の炊き合わせ みそ汁	★カレーうどん ポテトサラダ	給食なし 8日お弁当日 22日卒園式
おやつ		カルピス ミニ野菜スティック いちご	牛乳 お麩ラスク (17日はカレー味) (31日はココア味)	牛乳 クラッカー チーズ	牛乳 ドーナツ 一口ゼリー	牛乳 お麩ラスク (きな粉味)	じゃこ菜おにぎり	牛乳 袋菓子
きり ん	完了期	ごはん さわらのかばやき 白和え みそ汁 ★ゼリー	ごはん さわらのかばやき 白和え みそ汁 ★ゼリー	ごはん 鶏の梅照り焼き 南瓜サラダ みそ汁	ごはん ハンバーグ 粉ふき芋と温野菜 コンソメスープ 牛乳	ごはん 肉じゃが みそ汁 ヨーグルト	ごはん ★鶏南蛮 ナムル 中華スープ	具だくさんうどん ヨーグルト

☆2024年3月離乳食献立表☆

共栄保育園・みのり園

		月 10	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28	土 1・15・29
中期 7～8ヵ月頃							
後期 9～11ヵ月頃							
完了期 12～18ヵ月頃		ごはん 鶏のオイスターソース焼き おかか和え みそ汁	ごはん ホッケのゆず味噌焼き 大根きんぴら ★かきたま汁	★ハヤシライス マカロニサラダ 一口ゼリー(12日のみ)	ごはん 鶏のレモンソースがけ ごまドレサラダ コンソメスープ	ごはん ★ムキムキ豚肉の炒め物 みそ汁	ツナサンド バナナ 牛乳
おやつ		牛乳 南瓜ボーロ	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 ★のりじゃこトースト	ヨーグルト クラッカー	牛乳 袋菓子
きりりん	完了期	ごはん サバの塩焼き キャベツと春雨の和え物 みそ汁 チーズ	ごはん タンドリーチキン 青じそサラダ コンソメスープ	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き すまし汁 バナナ	★牛丼 五色和え みそ汁 ヨーグルト	親子うどん ゆかり和え 牛乳	中華丼 わかめスープ ヨーグルト

豚肉の炒め物には、筋肉に必要なタンパク質を多く含んだ豚ロースと、筋肉の働きをサポートするカリウムを多く含んだ小松菜が入っているので食べたらムキムキになれるかも！💪