

3月

保育園離乳食献立表

所沢市立保育園 2025年

日(曜)	7・8ヶ月頃		9・10・11ヶ月頃		12~18ヶ月頃	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1日(土)	肉うどん 人参のチーズ煮 つぶしバナナ	パン粥 ミルクスープ ほくしみかん	肉うどん 人参のチーズ煮 バナナ	カリカリトースト ミルクスープ みかん	五目うどん 人参のチーズ煮 バナナ	カリカリトースト ミルクスープ みかん 牛乳
3日(月)	人参粥 鮭のくす煮 ほうれん草の煮びたし わかめと玉ねぎのすまし汁	おじや 玉ねぎと鮭のすまし汁 ブラマンジェ	人参粥 鮭の煮つけ ほうれん草のごまあえ わかめと玉ねぎのすまし汁	おやき 玉ねぎと鮭のみそ汁 ブラマンジェ	ちらしずし 鮭の塩こしょう焼き 小松菜の花とほうれん草のごまあえ すまし汁	おやき 玉ねぎと鮭のみそ汁 ブラマンジェ 牛乳
4日(火)	粥 ふわふわ肉団子と 人参の煮物 小松菜のいそ煮 キャベツと玉ねぎのすまし汁	煮込みうどん つぶしバナナ	粥 肉団子と人参の煮物 小松菜のいそあえ キャベツと玉ねぎのみそ汁	煮込みうどん バナナ	軟飯 鶏肉と人参のさっぱり煮 小松菜のえのきあえ 玉ねぎと油揚げのみそ汁	煮込みうどん 牛乳
5日(水)	納豆粥 大根と鶏肉の煮物 ブロッコリーのおかか煮 白菜のすまし汁	じゃがいものチーズ煮 春雨スープ 煮ブルー	納豆粥 大根と豚肉の煮物 ブロッコリーのおかかあえ 白菜のみそ汁	じゃがもち 春雨スープ 煮ブルー	軟飯 納豆 大根と豚肉の煮物 ブロッコリーのおかかあえ 玉ねぎと豆腐のみそ汁	じゃがもち 春雨スープ ブルー 牛乳
6日(木)	粥 ふわふわ肉団子の トマト煮 キャベツのやわらか煮 かぼちゃのすまし汁	ミルクパン粥 コンスープ つぶしいちご	粥 煮込みハンバーグ キャベツサラダ かぼちゃのみそ汁	蒸しパン コンスープ いちご	軟飯 煮込みハンバーグ キャベツの即席漬け かぼちゃのみそ汁	蒸しパン コンスープ いちご 牛乳
7日(金)	わかめうどん ツナときゅうりのやわらか煮 ゆでかぼちゃ	おかか粥 豆腐とかぼちゃのすまし汁 ほうれん草の煮びたし	わかめうどん ツナときゅうりのサラダ ゆでかぼちゃ	おかか粥 豆腐とかぼちゃのみそ汁 ほうれん草のおひたし	カレーうどん きゅうりとコーンのサラダ ゆでかぼちゃ	おかかおにぎり 豆腐とかぼちゃのみそ汁 ほうれん草のおひたし 牛乳
8日(土)	ミートうどん ブロッコリーのスープ プレーンヨーグルト	のり粥 鶏汁 煮りんご	ミートうどん ブロッコリーのスープ プレーンヨーグルト	のり粥 鶏汁 煮りんご	ミートスパゲティ ブロッコリーのスープ プレーンヨーグルト	塩昆布おにぎり 鶏汁 煮りんご 牛乳
10日(月)	粥 かねいのかす煮 ほうれん草の煮びたし 豆腐とわかめのすまし汁	ゆでさつまいも そうめんスープ つぶしバナナ	粥 かねいのみそ煮 ほうれん草のごまあえ 豆腐とわかめのすまし汁	ゆでさつまいも そうめんスープ バナナ	軟飯 さばのみそ煮 ほうれん草の白和え すまし汁	フライドスイートポテト そうめんスープ バナナ 牛乳
11日(火)	粥 煮奴 野菜のやわらか煮 大根のすまし汁	コーン粥 キャベツと鶏のすまし汁 人参のやわらか煮	粥 豆腐のソテー キャベツサラダ 大根のみそ汁	コーン粥 キャベツと鶏のみそ汁 人参スティック	軟飯 チーズはんぺんフライ ツナとわかめ ごまドレッシング 根菜のみそ汁	コーンとおかかのおにぎり キャベツと鶏のみそ汁 人参スティック 牛乳
12日(水)	粥 じゃがいものそぼろ煮 きゅうりのやわらか煮 玉ねぎと人参のすまし汁	きなこ粥 ほうれん草と玉ねぎの すまし汁 煮ブルーのヨーグルトがけ	粥 じゃがいものそぼろ煮 きゅうりスティック 玉ねぎと人参のみそ汁	きなこ粥 ほうれん草と玉ねぎのみそ汁 煮ブルーのヨーグルトがけ	軟飯 筑前煮 いそあえ えのきと油揚げのみそ汁	きなこおにぎり ほうれん草と玉ねぎのみそ汁 煮ブルーのヨーグルトがけ 牛乳
13日(木)	トマトリゾット ふわふわ肉団子 キャベツの煮びたし コンスープ	しらすパン粥 キャベツと玉ねぎのスープ ほくしデコボン	トマトリゾット チキンハンバーグ キャベツの煮びたし コンスープ	じゃこトースト キャベツと玉ねぎのスープ デコボン	ケチャップライス チキンハンバーグ キャベツの甘酢あえ コーンポタージュ	じゃこトースト キャベツと玉ねぎのスープ デコボン 牛乳
14日(金)	粥 肉じゃが チンゲン菜のおかか煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁	ミートうどん チンゲン菜のスープ きゅうりのやわらか煮	粥 肉じゃが チンゲン菜のおかかあえ 豆腐と玉ねぎのみそ汁	ミートマカロニ チンゲン菜のスープ きゅうりスティック	軟飯 肉じゃが チンゲン菜のおかかあえ 厚揚げとじめじのみそ汁	ミートマカロニ チンゲン菜のスープ きゅうりスティック 牛乳
15日(土)	煮込みうどん わかめスープ 煮りんご	バターパン粥 ポテトスープ つぶしバナナ	焼きうどん ポテトスープ 煮りんご	バタートースト ポテトスープ バナナ	焼きそば わかめスープ 煮りんご	バタートースト ポテトスープ バナナ 牛乳
17日(月)	粥 高野豆腐ふわふわ煮 ブロッコリーのやわらか煮 さつまいものすまし汁	ミルクパン粥 ブロッコリーのスープ プレーンヨーグルト	粥 高野豆腐の煮物 青汁でブロッコリー さつまいものみそ汁	ホットケーキ ブロッコリーのスープ プレーンヨーグルト	軟飯 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのナムル さつまいものみそ汁	ホットビスケット ブロッコリーのスープ プレーンヨーグルト 牛乳
18日(火)	粥 ふわふわ肉団子のクリーム煮 キャベツとツナのやわらか煮 大根とわかめのすまし汁	人参粥 チキンスープ ほくしデコボン	粥 肉団子のクリーム煮 キャベツとツナのサラダ 大根とわかめのみそ汁	人参粥 チキンスープ デコボン	軟飯 おから入りハンバーグ キャベツの和風サラダ 大根とわかめのみそ汁	人参おにぎり チキンスープ デコボン 牛乳
19日(水)	粥 鮭のおろし煮 小松菜の煮びたし じゃがいもと玉ねぎのすまし汁	納豆粥 鶏汁 人参のやわらか煮	粥 鮭のおろし煮 小松菜のおひたし じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	納豆粥 豚汁 人参スティック	軟飯 鮭の塩焼き ねばねばあえ じゃがいもとにらのみそ汁	ぼたもち 豚汁 人参スティック 牛乳
21日(金)	粥 かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりのやわらか煮 キャベツと人参のスープ	さつまいもの茶巾 ビーフンスープ つぶしバナナ	粥 かぼちゃのそぼろあんかけ きゅうりスティック キャベツと人参のスープ	さつまいもの茶巾 ビーフンスープ バナナ	ミルクチキンカレー ツナサラダ キャベツと人参のスープ	さつまいもの茶巾 ビーフンスープ バナナ 牛乳
22日(土)	肉うどん じゃがいものチーズ煮 ほくしデコボン	わかめ粥 じゃがいものすまし汁 豆腐の人参あんかけ	肉うどん じゃがいものチーズ煮 デコボン	わかめ粥 じゃがいものみそ汁 豆腐の人参あんかけ	肉うどん じゃがいものチーズ煮 デコボン	炊き込みわかめおにぎり じゃがいものみそ汁 豆腐の人参あんかけ 牛乳
24日(月)	粥 かじきのトマト煮 キャベツのおかか煮 玉ねぎと鮭のすまし汁	そぼろ粥 豆腐のすまし汁 ほくしデコボン	粥 かじきのトマト煮 キャベツのおかかあえ 玉ねぎと鮭のみそ汁	そぼろ粥 豆腐のみそ汁 デコボン	軟飯 さわらのマヨネーズ焼き キャベツの塩昆布和え 豆苗ともやしのみそ汁	肉まん 豆腐のみそ汁 デコボン 牛乳
25日(火)	粥 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草のいそ煮 かぶのすまし汁	ゆでじゃが 春雨スープ かぶの煮物	粥 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草のいそあえ かぶのみそ汁	粉ふきいも 春雨スープ かぶの煮物	軟飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のナムル かぶのみそ汁	みそポテト 春雨スープ かぶの煮物 牛乳
26日(水)	粥 ふわふわ肉団子 ブロッコリーのコーン煮 小松菜のすまし汁	のり粥 かぼちゃと鶏のすまし汁 小松菜の煮びたし	粥 肉団子の甘辛煮 ブロッコリーのコーン煮 小松菜のみそ汁	のり粥 かぼちゃと鶏のみそ汁 小松菜のおひたし	軟飯 からあげ ブロッコリーとコーンのサラダ なめこのみそ汁	塩のおにぎり かぼちゃと鶏のみそ汁 小松菜のおひたし 牛乳
27日(木)	粥 豆腐のそぼろあんかけ きゅうりのやわらか煮 わかめスープ	人参パン粥 ツナと野菜のスープ 煮ブルー	粥 豆腐の肉みそあんかけ きゅうりのごまあえ わかめスープ	人参ジャムサンド ツナと野菜のスープ 煮ブルー	軟飯 マーボー豆腐 きゅうりのごまからめ えのきのスープ	人参ジャムサンド ツナと野菜のスープ ブルー 牛乳
28日(金)	粥 ふわふわ肉団子の オニオンソースがけ ゆでさつまいも チンゲン菜のすまし汁	煮込みうどん さつまいものすまし汁 人参のチーズ煮	粥 肉団子の オニオンソースがけ ゆでさつまいも チンゲン菜のみそ汁	焼きうどん風 さつまいものみそ汁 人参のチーズ煮	軟飯 肉団子の オニオンソースがけ 切り昆布の煮物 チンゲン菜と油揚げのみそ汁	焼きそば さつまいものみそ汁 人参のチーズ煮 牛乳
29日(土)	五目うどん じゃがいものミルク煮 ほくしデコボン	バターパン粥 ミネストローネ つぶしバナナ	五目うどん じゃがいものミルク煮 デコボン	バタートースト ミネストローネ バナナ	きつねうどん じゃがいものミルク煮 デコボン	バタートースト ミネストローネ バナナ 牛乳
31日(月)	粥 豆腐団子 人参のやわらか煮 キャベツと鮭のすまし汁	ツナ粥 豆腐と玉ねぎのすまし汁 煮りんご	粥 豆腐ハンバーグ 人参スティック キャベツと鮭のみそ汁	ツナ粥 豆腐と玉ねぎのみそ汁 煮りんご	軟飯 豆腐ハンバーグ 温野菜サラダ キャベツと鮭のみそ汁	ツナおにぎり 豆腐と玉ねぎのみそ汁 煮りんご 牛乳