

3月のメニュー

2022年

認定こども園 ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土	
昼食		1. さばのカレー煮 スパゲティサラダ ブロッコリー 豆乳みそ汁 りんご	2. 元気ハンバーグ きんぴらごぼう ほうれんそう かみなり汁	3. カレーライス 鶏肉の マムレード焼き フライ風ポテト ブロッコリー みかん	4. 麦ご飯 あじの香味焼き 高野豆腐の五目煮 ほうれんそうの かぼちゃと揚げの みそ汁 バナナ	5. 三色そぼろ丼 大根と厚揚げの 煮物 食べるいりこ	
		おやつ	レーズン蒸しパン 牛乳	フルーツゼリー お茶	ピザ 牛乳	みそ焼きおにぎり お茶	バナナ スイーツ 牛乳
昼食		7. ミニローストチキン さつまいもと りんごのサラダ ブロッコリー シチュー オレンジ	8. 鮭のピザ焼き 切干大根の土佐煮 こまつな 五目汁 キウイフルーツ	9. タンドリーチキン キャベツのツナあえ ブロッコリー きのこのみそ汁 いちご	10. みそカツ丼 刻み昆布と 塩昆布あえ ほうれんそう キャベツと コーンのスープ	11. お楽しみ バイキング	12. けんちゃん丼 ほうれんそうの 菜の花あえ 食べるいりこ
		おやつ	フレークスナック 牛乳	黒糖かりんとう 牛乳	焼きそば 牛乳	オレンジムース お茶	お誕生日 スペシャル バナナ スイーツ 牛乳
昼食		14. チキンナゲット キャベツの ドレッシングあえ 一口かぼちゃ もやしとワカメの みそ汁	15. アジのムニエル ひじきの煮物 こまつな 納豆汁 オレンジ	16. 豆腐のしらす丼 キャベツと人参の ごまあえ たまねぎと揚げの みそ汁	17. 虹組さん ありがとうパーティ ハヤシライス 鶏のから揚げ ポテトサラダ ブロッコリー りんご クレープ オレンジジュース	18. 麦ご飯 さばのさっぱり焼き 切干大根の ごま酢あえ ブロッコリー あさりのみそ汁 キウイフルーツ ぼたもち	19. 卒園証書授与式 (在園児希望保育)
		おやつ	フルーツ ヨーグルト	マカロニきなこ 豆乳ラッシー	キャラメルいも 牛乳	お茶	お茶
昼食		21. 春分の日	22. 鶏肉のみそ焼き 白菜と人参の 塩昆布あえ こまつな 大根と揚げのみそ汁 オレンジ	23. さんまの梅煮 温野菜サラダ 一口かぼちゃ 豆腐とワカメの みそ汁 りんご	24. 人参しらすご飯 レバーの オイスター炒め さつまいもの甘煮 ブロッコリー ワカメスープ バナナ	25. 発芽玄米ご飯 さばの竜田揚げ 春雨ときゅうりの 酢の物 ほうれんそう 田舎汁 オレンジ	26. 豚みそ丼 ブロッコリーの おかかサラダ 食べるいりこ
		おやつ	豆乳クロック ムッシュ 牛乳	チーズマフィン 牛乳	スパゲッティ ナポリタン 牛乳	おふラスク 牛乳	バナナ スイーツ 牛乳
昼食		28. マカロニグラタン ひじきサラダ キャベツと コーンのスープ キウイフルーツ	29. 鮭のコーンマヨ焼き ほうれんそうの 磯あえ 一口さつま 白菜と揚げの みそ汁 りんご	30. ポークビーンズ かぼちゃの土佐煮 ブロッコリー 切干大根のみそ汁 オレンジ	31. 新年度準備 (希望保育)	<p>3月の南立は 虹組さんの リクエストメニューです。 いちばんリクエストの多からメニューは 3/17のパーティの日の南立です。 虹組さんたちから、「がんばってね」のバレンタイン 紅白ゼリーをお知前を書いて準備はす。 3/16にお渡しす。</p>	
		おやつ	ワカメとしらすの ポテト焼き 牛乳	豆乳くずもち 牛乳	キャロットケーキ 牛乳		

3月の離乳食メニュー(3/1~3/12)

2022年

認定こども園 ひろせ保育園

		月	火	水	木	金	土
5 ~ 8 ヶ月頃	補食	3月が旬の 食材 ふきのとう、アスパラ 、玉ねぎ、菜の花 キャベツ アスパラ レタス	1. フルーツ	2. フルーツ	3. フルーツ	4. フルーツ	5. フルーツ
	昼食		全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ブロッコリー、 ささ身、 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 かぼちゃ、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 大根、 しらす だし(昆布)
	おやつ		蒸しパン ミルク	ゼリー ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	バナナ ミルク
9 ~ 11 ヶ月頃	補食	いちご ハチマキ いよかん 等 春野菜は舌先の あるものが多いです。 果物は柑橋類 が多いですね。	1. フルーツ	2. フルーツ	3. フルーツ	4. フルーツ	5. フルーツ
	昼食		全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 白身魚 スパゲティサラダ 大根と揚げの みそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 豆腐 元気ハンバーグ きんぴらごぼう かみなり汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ブロッコリー、 ささ身、 鶏肉のママレード焼 フライ風ポテト	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 かぼちゃ、 あじの香味焼き 高野豆腐の五目煮 かぼちゃとあげの みそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 大根、 しらす 三色そぼろ丼 大根と厚揚げの煮物 食べるいりこ
	おやつ		蒸しパン ミルク	ゼリー ミルク	ピザパン ミルク	おにぎり ミルク	バナナ ミルク
5 ~ 8 ヶ月頃	補食	7. フルーツ	8. フルーツ	9. フルーツ	10. フルーツ	11. フルーツ	12. フルーツ
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 さつまいも、 ブロッコリー、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 大根、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 かぼちゃ、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、キャベツ、 ほうれんそう、 しらす だし(昆布)
	おやつ	おかゆ ミルク	食パン ミルク	キャベツがゆ ミルク	ゼリー ミルク	ホットケーキ ミルク	バナナ ミルク
9 ~ 11 ヶ月頃	補食	7. フルーツ	8. フルーツ	9. フルーツ	10. フルーツ	11. フルーツ	12. フルーツ
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 さつまいも、 ブロッコリー、 ささ身 ミニローストチキン さつまいものサラダ クリームシチュー	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 大根、 しらす 鮭のピザ焼き 切干大根の土佐煮 五目汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 タンドリーチキン キャベツのツナあえ きのこのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 しらす 刻み昆布の酢の物 豆腐のみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 かぼちゃ、 ささ身、 ハンバーグ コールスローサラダ かぼちゃのチーズ焼	全がゆ~軟飯 人参、キャベツ、 ほうれんそう、 しらす けんちん丼 ほうれんそうの 菜の花あえ 食べるいりこ
	おやつ	おにぎり ミルク	食パン ミルク	キャベツがゆ ミルク	ゼリー ミルク	いちごホットケーキ ミルク	バナナ ミルク

3月の離乳食メニュー (3/14~3/31)

認定こども園 ひろせ保育園

2022年

		月	火	水	木	金	土
5 8 ヶ月頃	補食	14. フルーツ	15. フルーツ	16. フルーツ	17. フルーツ	18. フルーツ	19. 卒園証書 授与式 (在園児希望保育)
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、キャベツ、 こまつな、かぼちゃ、 ささ身、 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 こまつな、 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 きゅうり、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ じゃがいも、たまねぎ、 人参、ブロッコリー、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、 ブロッコリー、 白身魚 だし(昆布)	
	おやつ	フルーツ盛り合わせ ミルク	おかゆ ミルク	ふかしいも ミルク	フルーツ盛り合わせ ミルク	おかゆ ミルク	
9 11 ヶ月頃	補食	14. フルーツ	15. フルーツ	16. フルーツ	17. フルーツ	18. フルーツ	卒園証書 授与式 (在園児希望保育)
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、キャベツ、 こまつな、かぼちゃ、 ささ身、 キャベツあえ ひとくちかぼちゃ もやしとワカメのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、こまつな 白身魚 ひじきの煮物 ワカメと豆腐の 納豆汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、きゅうり、 しらす 豆腐のそぼろ丼 キャベツのごまあえ たまねぎとあげのみそ汁	全がゆ~軟飯 じゃがいも、たまねぎ、 人参、ブロッコリー、 ささ身 カレー 鶏のから揚げ ポテトサラダ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 ブロッコリー、 白身魚煮 切干大根のごま酢あえ あさりのみそ汁	
	おやつ	フルーツヨーグルト ミルク	きなこおにぎり ミルク	ふかしいも ミルク	フルーツ盛り合わせ ミルク	小豆おにぎり ミルク	
5 8 ヶ月頃	補食	21. 春分の日	22. フルーツ	23. フルーツ	24. フルーツ	25. フルーツ	26. フルーツ
	昼食	春分の日	全がゆ~10倍がゆ 人参、白菜、 こまつな、大根、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、かぼちゃ、 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 さつまいも、キャベツ、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 きゅうり、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 こまつな、ブロッコリー、 ささ身 だし(昆布)
	おやつ		食パン ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	おふがゆ ミルク	バナナ ミルク
9 11 ヶ月頃	補食	22. フルーツ	22. フルーツ	23. フルーツ	24. フルーツ	25. フルーツ	26. フルーツ
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、白菜、 大根、こまつな、 ささ身、 鶏肉のみそ焼き 白菜の塩昆布あえ 大根と揚げのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、かぼちゃ、 白身魚 温野菜サラダ ひとくちかぼちゃ 豆腐とワカメのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、かぼちゃ、 白身魚 温野菜サラダ ひとくちかぼちゃ 豆腐とワカメのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 さつまいも、キャベツ、 しらす レバーのオイスター炒め さつまいもの甘煮 ワカメスープ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 きゅうり、 しらす 春雨の酢の物 きのこの田舎汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 こまつな、ブロッコリー、 ささ身 豚肉のみそ丼 ブロッコリーの おなかサラダ
	おやつ	食パン ミルク	食パン ミルク	マフィン ミルク	スパゲッティ ミルク	おふラスク ミルク	バナナ ミルク
5 8 ヶ月頃	補食	28. フルーツ	29. フルーツ	30. フルーツ	31. 新年度準備 (希望保育)	3月の園立は 虫組さんのリクエストメニューです。 つばみぐみさんは まぜうりさんからおにじょう 味わっています。 幼児食は大人の1/2~1/3の 味付けです。大人にとっておいしい 味は赤ちゃんにとってはいずれ 体に負担がかかります。 素材の味を大切に 味わたいですね。	
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 さつまいも、 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 ブロッコリー、 しらす だし(昆布)			
	おやつ	ふかしいも ミルク	おかゆ ミルク	人参蒸しパン ミルク			
9 11 ヶ月頃	補食	28. フルーツ	29. フルーツ	30. フルーツ	3月の園立は 虫組さんのリクエストメニューです。 つばみぐみさんは まぜうりさんからおにじょう 味わっています。 幼児食は大人の1/2~1/3の 味付けです。大人にとっておいしい 味は赤ちゃんにとってはいずれ 体に負担がかかります。 素材の味を大切に 味わたいですね。		
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 マカロニグラタン ひじきサラダ キャベツのスープ	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ほうれんそう、 さつまいも、 鮭のコーンマヨ焼き ほうれんそうの磯あえ 白菜と揚げのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 ブロッコリー、 ポークビーンズ かぼちゃの土佐煮 切干大根と揚げのみそ汁			
	おやつ	ふかしいも ミルク	きなこおにぎり ミルク	人参蒸しパン ミルク			