

# 3月のメニュー

2024年

認定こども園 ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土	
食 おやつ	3月の献立は虹ぐみさんのリクエストメニューです。 一番リクエストが多かったメニューが 3/12の「虹ぐみさんありがとうパーティ」の献立です。 誰のリクエストができるか毎日楽しみにしていて下さいね。  虹ぐみさんからがんばってねの「バトンタッチ」 紅白ものは、虹ぐみの おともだちがお名前を書いてパーティに行きます。3/11にお渡します。				1. ミートスパゲティ コールスローサラダ プロッコリー ワカメスープ りんご	2. 麻婆豆腐丼 キャベツの じゃこサラダ 食べるいりこ	
食	4. ぎょうざ 春雨サラダ プロッコリー ワカメとあげの みそ汁 オレンジ	5. チキンナゲット こまつな ドレッシングあえ ひとくちかぼちゃ にゅうめん汁 キウイ	6. お楽しみ バイキング 	7. 野菜たっぷりカレー 蒸し野菜の オーロラあえ オレンジ	8. 麦ごはん 鶏肉のみそがらめ 切干大根の ごま酢あえ こまつな 豆腐とワカメのみそ汁 バナナ	ホットケーキ 牛乳	バナナ スイーツ 牛乳
おやつ	豆乳フレンチトースト 牛乳	レーズン蒸しパン 牛乳	お誕生日 スペシャル	みそ焼きおにぎり お茶	ココアケーキ 牛乳	バナナ スイーツ 牛乳	
食	11. ハヤシライス キャベツとコーンの サラダ プロッコリー ぽんかん	12. 虹組さん ありがとうパーティ 鶏のから揚げ ポテトサラダ プロッコリー かみなり汁 いちご	13. 三色そぼろ丼 キャベツのナムル ひとくちさつま 豚汁	14. 天然酵母パン 鶏のケチャップ焼き スパゲティサラダ プロッコリー クリームシチュー りんご	15. 雑穀ごはん 鮭の変わり西京焼 キャベツのゆかりあえ プロッコリー さつま汁 オレンジ	16. 卒園式 	
おやつ	昆布ごはん お茶	フルーツヨーグルト お茶	アップルパイ 牛乳	ライスコロッケ お茶	マカロニきなこ 牛乳		
食	18. 鶏のマーマレード焼き プロッコリーの おかあえ ひとくちかぼちゃ 豆腐となめこの みそ汁 りんご	19. さばのさっぱり焼き 高野豆腐の五目煮 こまつな 豆乳みそ汁 ぽんかん	20. 春分の日 	21. 八宝菜 かぼちゃの土佐煮 プロッコリー きのこのみそ汁 プロッコリー きのこの田舎汁	22. 発芽玄米 あじの カレームニエル キャベツの磯あえ ひとくちさつま しいたけと 白菜のスープ	23. 豆腐のしらす丼 プロッコリーの 塩昆布あえ 食べるいりこ	
おやつ	キャロットケーキ 牛乳	ぼたもち お茶		黒糖かりんとう 牛乳	フルーツゼリー お茶	バナナ スイーツ 牛乳	
食	25. ミートボール 刻み昆布と コーンの酢の物 プロッコリー もやしとワカメの みそ汁	26. 鮭のオーロラ焼き ひじきの煮物 こまつな 切干大根とあげの みそ汁 オレンジ	27. チャプチェ さつまいもの甘煮 プロッコリー じゃこじゃこ汁 りんご	28. バーベキューチキン ほうれん草の あえもの ひとくちかぼちゃ 野菜たっぷりみそ汁 バナナ	29. 麦ごはん さばの味噌煮 キャベツのごまあえ こまつな のっぺい汁 オレンジ	30. 新年度準備の為 希望保育 	
おやつ	ホットビスケット 牛乳	豆乳プリン 牛乳	チーズマフィン 牛乳	焼きそば 牛乳	おふラスク 牛乳		

# 3月の離乳食メニュー (3/1~3/16)

2024年

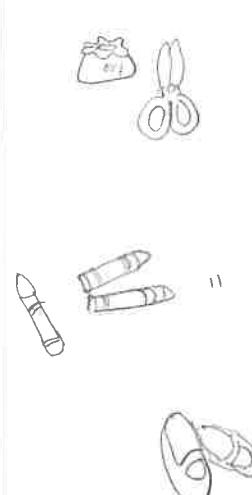
認定こども園 ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土	
5 8ヶ月頃	補食	おやつは栄養を補うものにしましょう  子どもは1回に食べる量が少ないので、食事だけで十分に栄養をとることができません。そこで足りない栄養を補うために与えるのが「おやつ」です。  子どものおやつとして適しているのは、野菜入り蒸いんやおやき、ヨーグルトやチーズなどの乳製品、おにぎり、果物などです。  少量のお楽しみ程度ならかまいませんが、お菓子は栄養を考えた組み合わせにしましょう。				1. フルーツ 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） ホットケーキ ミルク	2. フルーツ 全がゆ～10倍がゆ たまねぎ、キャベツ、きゅうり、豆腐 だし（昆布） バナナ ミルク
	風食						
	おやつ						
9 11ヶ月頃	補食					1. フルーツ 全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、ささ身 コールスローサラダ ワカメスープ ホットケーキ ミルク	
	風食					2. フルーツ 全がゆ～軟飯 たまねぎ、キャベツ、きゅうり、豆腐 麻婆豆腐丼 キャベツのじゃこサラダ 食べるいりこ バナナ ミルク	
	おやつ						
5 8ヶ月頃	補食	4. フルーツ	5. フルーツ	6. フルーツ	7. フルーツ	8. フルーツ	
	風食	全がゆ～10倍がゆ たまねぎ、きゅうり、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、こまつな、かぼちゃ、豆腐 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、しらす 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、ささ身 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、きゅうり、こまつな、豆腐 だし（昆布）	
	おやつ	食パン ミルク	蒸しパン ミルク	ホットケーキ ミルク	おかゆ ミルク	ホットケーキ ミルク	
9 11ヶ月頃	補食	4. フルーツ	5. フルーツ	6. フルーツ	7. フルーツ	8. フルーツ	
	風食	全がゆ～軟飯 たまねぎ、きゅうり、キャベツ、ブロッコリー、ささ身 春雨サラダ ワカメとあげのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、こまつな、かぼちゃ こまつなドレッシングあえ ひとくちかぼちゃ にゅうめん汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、キャベツ、しらす 煮込みハンバーグ キャベツのツナあえ コーンスープ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー、ささ身 蒸し野菜のオーロラあえ 切干大根のごま酢あえ 豆腐のみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、きゅうり、こまつな、豆腐 切干大根のごま酢あえ 豆腐のみそ汁	
	おやつ	食パン ミルク	蒸しパン ミルク	ホットケーキ ミルク	おにぎり ミルク	ホットケーキ ミルク	
5 8ヶ月頃	補食	11. フルーツ	12. フルーツ	13. フルーツ	14. フルーツ	15. フルーツ	
	風食	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、キャベツ、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、ブロッコリー、豆腐 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、キャベツ、さつまいも、大根、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、ブロッコリー、白身魚 だし（昆布）	
	おやつ	おかゆ ミルク	バナナヨーグルト ミルク	おかゆ ミルク	おかゆ ミルク	マカロニミたらし ミルク	
9 11ヶ月頃	補食	11. フルーツ	12. フルーツ	13. フルーツ	14. フルーツ	15. フルーツ	
	風食	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、キャベツ、ささ身 ハヤシライス キャベツとコーンのサラダ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、じゃがいも、ブロッコリー、ポテトサラダ かみなり汁	全がゆ～軟飯 人参、キャベツ、さつまいも、大根、ささ身 キャベツのナムル ひとくちさつま 豚汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、しらす 鶏のケチャップ焼き クリームシチュー	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、白身魚 キャベツのゆかりあえ さつま汁	
	おやつ	おかゆ ミルク	バナナヨーグルト ミルク	おかゆ ミルク	おかゆ ミルク	マカロニミたらし ミルク	

# 3月の離乳食メニュー(3/18~3/29)

2024年

認定こども園 ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土
	補食 18. フルーツ	19. フルーツ	20.	21. フルーツ	22. フルーツ	23. フルーツ
5 ~ 8 ヶ月頃	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 プロッコリー、 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 大根、 こまつな、 白身魚 だし(昆布)	春分の日 	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ キャベツ、 かぼちゃ、 ささみ だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 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、 プロッコリー、 豆腐 だし(昆布)
おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク		食パン ミルク	ぶどうゼリー ミルク	バナナ ミルク
9 ~ 11 ヶ月頃	18. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 プロッコリー、 豆腐 鶏肉のマーマレード焼き プロッコリーのおかかあえ 豆腐となめこのみそ汁	19. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 大根、 こまつな、 白身魚 高野豆腐の五目煮 豆乳みそ汁		22. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ キャベツ、 かぼちゃ、 ささみ ハ宝菜 かぼちゃの土佐煮 きのこの田舎汁	22. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 さつまいも、 白身魚 キャベツの磯あえ しいたけと白菜の スープ	23. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 プロッコリー、 豆腐 豆腐のそぼろ丼 プロッコリーの 塩昆布あえ 食べるいりこ
おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク		トースト ミルク	ぶどうゼリー ミルク	バナナ ミルク
補食	25. フルーツ	26. フルーツ	27. フルーツ	28. フルーツ	29. フルーツ	30.
5 ~ 8 ヶ月頃	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、 プロッコリー、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 こまつな、 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、 プロッコリー、 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 大根、かぼちゃ、 ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、キャベツ、 きゅうり、 こまつな、 白身魚 だし(昆布)	新年度準備の為 希望保育 
おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	キャベツがゆ ミルク	おかゆ ミルク	
9 ~ 11 ヶ月頃	25. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 プロッコリー、 ささ身 刻み昆布の酢の物 もやしのみそ汁	26. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 こまつな、 白身魚 厚揚げとひじきの煮物 切干大根のみそ汁 豆乳みそ汁	27. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 さつまいも、 プロッコリー、 しらす チャプチエ さつまいもの甘煮 じゃこじゃこ汁	28. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 大根、かぼちゃ、 ささ身 バーベキューチキン ほうれん草のあえもの 野菜たっぷりみそ汁	29. 全がゆ~軟飯 人参、キャベツ、 きゅうり、 こまつな、 白身魚 キャベツのごまあえ のっぺい汁	
おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	キャベツがゆ ミルク	おかゆ ミルク	