

令和6年 3月 離乳食献立表（午後食）

本郷ゆうし保育園

日	曜	12～15ヶ月頃 (完了期)	16ヶ月頃～ (乳児食)
1	金	ゆかりおにぎり 青菜のみそ汁 白身魚とさつまいもの煮物	ひなまつりプリン
2 16	土	昆布おにぎり 玉ねぎのすまし汁 豆腐と人参の煮物	昆布おにぎり
4 18	月	ワカメおにぎり あさつきのスープ しらすとかぼちゃの煮物	じゃがバター
5 19	火	すりごまおにぎり ねぎのみそ汁 鶏肉と里芋の煮物	りんご蒸しパン
6	水	昆布おにぎり 青菜のスープ 鮭とかぶの煮物	豆腐ガトーショコラ
7 21	木	きなこおにぎり チンゲン菜のスープ しらすと白菜の煮物	7日：鮭おにぎり 21日：梅じゃこおにぎり
8 22	金	おかかおにぎり かぶのみそ汁 白身魚とさつまいもの煮物	コーンフレーククッキー
9 23	土	すりごまおにぎり 青菜のスープ 豆腐と人参の煮物	いちごジャムサンド
11 25	月	ゆかりおにぎり ねぎのすまし汁 しらすとかぼちゃの煮物	パインケーキ
12 26	火	ワカメおにぎり 白菜のスープ ツナとさつまいもの煮物	12日：ツナカレートースト 26日：梅おかかトースト
13 27	水	昆布おにぎり あさつきのすまし汁 白身魚と里芋のおかか煮	サイダーゼリー
14 28	木	おかかおにぎり かぼちゃのみそ汁 ひきわり納豆とかぶの和え物	14日：芋けんぴ 28日：焼き芋
15 29	金	ゆかりおにぎり チンゲン菜のスープ しらすとじゃが芋の煮物	15日：五平餅 29日：炊き込みごはん
30	土	ワカメおにぎり ねぎのすまし汁 豆腐と人参の煮物	ワカメおにぎり
盛付け量の 目安		主食 大さじ3 汁物 7 主菜 3	ごはん類 60g パン類 30～40g 汁物 120cc
<p>☆完了期食では朝の水分補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には麦茶を提供します。 ☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。 ☆16ヶ月から提供するパン・麺・マカロニ・粉菓子類は、米粉を使用しています。</p>			