

# 3月献立表

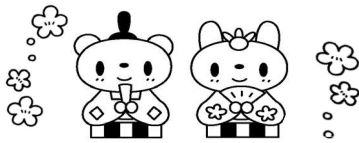


2023年03月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 水	大根のあんかけどんぶり キャベツのスープ	無調整豆乳 人参ケーキ	無調整豆乳、沖縄豆腐、白身魚(キング)、豚ひき肉、卵、みそ、	米、小麦粉、米粉、油、きび糖、油、片栗粉、白ごま、白ごま	だいこん、キャベツ、にんじん、にんじん、たまねぎ、おたけのこ(ゆで)、しめじ、えのきたけ、ねぎ、しょうが
2 木	みそすき丼 ごま和え タンカン	無調整豆乳 鶏五目おにぎり	無調整豆乳、沖縄豆腐、豚肉、鶏もも肉、みそ	米、米、しらたき、黒砂糖、すりごま、片栗粉、油	タンカン、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、長ねぎ、おたけのこ(ゆで)、ごぼう、黄ピーマン、おねぎ、おひじき、しょうが
3 金	ちらし寿司 おかか和え	(手作りカルピス) 桃色蒸しケーキ いちご 無調整豆乳	無調整豆乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、調製豆乳、おつぶあん(生)、でんぶ、(豆乳ヨーグルト)	米、米粉、きび糖、油、きび糖、焼ふ、(きび糖)	いちご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、いちごジャム、オトマージュス、オレンジ、ねぎ、かんぴょう(乾)、干しいたけ、焼きのり、カットわかめ、(レモン汁)
4 土	もずくどんぶり キャベツのスープ バナナ	無調整豆乳 ミネラルふりかけおにぎり	無調整豆乳、鶏ひき肉	米、片栗粉、黒砂糖	バナナ、もずく、コーン缶、赤ピーマン、ピーマン、しょうが、ミネラルふりかけ
6 月	麦ごはん 納豆みそ	豆腐と野菜のカレーあん 春雨スープ	無調整豆乳、沖縄豆腐、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	おさつまいも、米、きび糖、はるさめ、押麦、揚げ油、きび糖、油、黒ごま、片栗粉	りんご、たまねぎ、こまつな、にんじん、しめじ、コーン缶、ねぎ、しょうが、カットわかめ
7 火	ごはん 魚のオーロラ焼き もずくチャンプルー 大根みそ汁	無調整豆乳 ショートブレッド(黒糖) タンカン	無調整豆乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ、牛乳	米、小麦粉、無塩バター、黒砂糖、マヨネーズ、油、きび糖	タンカン、だいこん、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、えのきたけ、もずく、ねぎ
8 水	あわごはん 魚ケチャップあん 春雨チャンプルー ポテトスープ	無調整豆乳 ストーンクッキー バナナ	無調整豆乳、白身魚(キング)、豚肉、卵、牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、無塩バター、きび糖、揚げ油、はるさめ、コーンフレーク、あわ、片栗粉、油	りんご、にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、ピーマン、オレゼン
9 木	ごはん 豆腐のそぼろ煮 おかか和え 鶏肉スープ	無調整豆乳 スウィートポテト りんご	無調整豆乳、沖縄豆腐、鶏もも肉、豚ひき肉、大豆水煮、卵、みそ	おさつまいも、米、きび糖、無塩バター、生クリーム、油、きび糖	りんご、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、しめじ、たけのこ(ゆで)、ピーマン、しょうが
10 金	沖縄そば おかか和え タンカン	無調整豆乳 みそおにぎり	無調整豆乳、三枚肉、かまぼこ、ツナ油漬缶、みそ	沖縄そば、米、黒砂糖、きび糖	タンカン、にんじん、キャベツ、こまつな、ねぎ
11 土	中華どんぶり 切干大根の和え物 バナナ	無調整豆乳 黒糖ちんすこう	無調整豆乳、豚肉、白身魚(キング)、ツナ油漬缶	米、小麦粉、ラード、きび糖、黒砂糖、片栗粉、きび糖、揚げ油、油	バナナ、にんじん、こまつな、きゅうり、ヤングコーン、赤ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ、しょうが
13 月	 <b>お弁当会</b> 				
14 火	ごはん 鮭フライ ブロッコリーひじき炒め ジャガイモみそ汁	無調整豆乳 シリアルバー バナナ	無調整豆乳、さけ、みそ	米、じゃがいも、コーンフレーク、揚げ油、小麦粉、パン粉、無塩バター、油	バナナ、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、ひじき
15 水	ごはん 高野豆腐含め煮 キャベツのツナ和え 大根みそ汁	無調整豆乳 甘納豆スコーン タンカン	無調整豆乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、プレーンヨーグルト、みそ、卵、ツナ油漬缶、おきな粉	米、強力粉、無塩バター、きび糖、片栗粉、きび糖	タンカン、だいこん、にんじん、しめじ、キャベツ、こまつな
16 木	あわごはん 魚のみそ焼き クーブイリチー 青菜すまし汁	無調整豆乳 さつまいものケーキ りんご	無調整豆乳、白身魚(キング)、沖縄豆腐、三枚肉、卵、牛乳、みそ	米、おさつまいも、米粉、無塩バター、こんやく、あわ、きび糖、おき糖、油、白ごま、ごま油	りんご、にんじん、こまつな、えのきたけ、刻みこんぶ、切り干しだいこん
17 金	ベジタブルカレー 無塩せきウインナー キャベツおかか和え	無調整豆乳 揚げパン	無調整豆乳、豚肉、無塩せきウインナー、おきな粉	米、ロールパン、じゃがいも、きび糖、揚げ油、和風ドレッシング	たまねぎ、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、きゅうり、ピーマン、しめじ
18 土	ごはん 納豆みそ 豚汁 りんご	無調整豆乳 鮭おにぎり	豚無調整豆乳、肉、挽き割り納豆、みそ、鮭フレーク	米、じゃがいも	りんご、にんじん、たまねぎ、塩こんぶ
20 月	ごはん 豚と野菜しょうが焼き 和風スパゲティサラダ 豆腐みそ汁	無調整豆乳 芋てんぷら りんご	無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、ツナ油漬缶、油揚げ	おさつまいも、米、小麦粉、サラダ用スパゲティ、揚げ油、和風ドレッシング、あわ、油、きび糖、片栗粉	りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、パイ、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、しょうが、カットわかめ
21 火	 <b>春分の日</b> 				
22 水	ごはん 酢豚 春雨サラダ 豆腐スープ	無調整豆乳 黒糖蒸しケーキ バナナ	無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、調製豆乳、おこしあん(生)、油揚げ	米、米粉、はるさめ、油、黒砂糖、きび糖、片栗粉、ごま油、油	バナナ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、パイ、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ
23 木	ごはん 沖縄風煮付け キャベツみそ汁 しらす佃煮	無調整豆乳 ピザトースト	無調整豆乳、沖縄豆腐、ウインナー、みそ、しらす干し、ピザ用チーズ、ツナ油漬缶	米、食パン、きび糖、白ごま	だいこん、にんじん、キャベツ、えのきたけ、たまねぎ、ピーマン、ねぎ、コーン缶、こんぶ
24 金	スパゲティミートソース ナムル キャベツスープ	無調整豆乳 ミネラルふりかけおにぎり	無調整豆乳、豚ひき肉、大豆水煮、油揚げ	米、スパゲティ、きび糖、ごま油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、もやし、えのきたけ、干しいたけ、ミネラルふりかけ
25 土	 <b>卒園式</b> 				
27 月	麦ごはん おかか納豆 キャベツひじき炒め 鮭の北海汁	無調整豆乳 サーターアンダギー りんご	無調整豆乳、挽きわり納豆、さけ、豚肉、卵、イタドリみそ	米、じゃがいも、小麦粉、おき糖、揚げ油、押麦、油、ラード	りんご、キャベツ、にんじん、だいこん、長ねぎ、ピーマン、ひじき
28 火	中華どんぶり 切干大根の和え物 タンカン	無調整豆乳 紅芋ちんすこう バナナ	無調整豆乳、豚肉、白身魚(キング)、ツナ油漬缶	米、小麦粉、おき糖、ラード、紅芋、片栗粉、きび糖、揚げ油、油	タンカン、バナナ、にんじん、こまつな、きゅうり、ヤングコーン、赤ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ、しょうが
29 水	ごはん 鶏と豆腐のケチャップ煮 おかか和え キャベツすまし汁	無調整豆乳 カレーポテトサンド	無調整豆乳、鶏もも肉、沖縄豆腐、ツナ油漬缶	米、食パン、じゃがいも、マヨネーズ、油、きび糖	にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、にんじん、たまねぎ、生しいたけ
30 木	ごはん マーボー豆腐 ナムル じゃが芋スープ	無調整豆乳 ピラフおにぎり	無調整豆乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、豚肉、油揚げ、みそ	米、米、じゃがいも、きび糖、ごま油、油、片栗粉	長ねぎ、にんじん、たまねぎ、こまつな、にんじん、たけのこ(ゆで)、えのきたけ、ピーマン、切り干しだいこん、干しいたけ、にんにく、ひじき
31 金	 <b>新年度準備(お弁当)</b> 				

★保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



# 3月離乳食こんだて表①



2023年3月

宜野湾市 子育て支援課

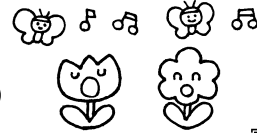
日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ボテペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
2	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ボテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、ごぼう、黄ピーマン、ねぎ、ひじき
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
3	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜タマネギペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、いんげん、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
4	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ボテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン、干しいたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
6	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	さつまいも、米	りんご、たまねぎ、こまつな、にんじん、しめじ、コーン缶、ねぎ、カットわかめ
			ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮			
7	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ボテペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、だいこん、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、えのきたけ、もずく、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
8	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ボテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、鶏肉	米、ホットケーキ粉、じゃがいも	ブロッコリー、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、コーン缶、赤ピーマン、ねぎ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
9	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ボテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
10	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ボテペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	煮込み沖繩そば 魚煮付け 野菜柔らか煮	ミルク、白身魚	沖繩そば、米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
11	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜キャベツボテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	さつまいも、米	りんご、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、しめじ、ピーマン
			ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮			
13	月	🍓 🍷 🍷 🍓			お弁当会			
14	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツタマネギボテペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、ひじき
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
15	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜キャベツボテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、だいこん、にんじん、しめじ、キャベツ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます  
 ☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※16日以降は裏面



# 3月離乳食こんだて表②



2023年3月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	かや熱となる食物	体の調子をよくする食物
16	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米、さつまいも、じゃがいも	にんじん、こまつな、えのきたけ、刻みこんぶ、切り干しだいこん、たまねぎ
17	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、きゅうり、ピーマン、しめじ、こまつな
18	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
20	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	ミルク、白身魚	さつまいも、米	こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、カットわかめ
21	火	<b>春 分 の 日</b>						
22	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン、干しいたけ
23	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜ペーストサント	ミルク、白身魚	米、食パン、じゃがいも	だいこん、にんじん、キャベツ、えのきたけ、たまねぎ、ピーマン、ねぎ、コーン缶、こまつな
24	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	煮込みスパゲティ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米、スパゲティ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、もやし、えのきたけ、干しいたけ、ひじき
25	土	<b>卒 園 式</b>						
27	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、だいこん、ピーマン、ひじき、たまねぎ、こまつな
28	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	にんじん、こまつな、きゅうり、赤ピーマン、切り干しだいこん、たまねぎ
29	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜ペーストサント	ミルク、白身魚	米、パン、じゃがいも	にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、生しいたけ
30	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、豚ひき肉	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン、切り干しだいこん、干しいたけ、ひじき
31	金	<b>新 年 度 準 備 (お 弁 当)</b>						

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます  
 ☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります