離　乳　食　献　立　表

2024年3月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材料名 黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
1 金	昼食	おかゆ 鶏の煮物 白菜の煮物 大根のスープ フルーツ	米	鶏ささみ	はくさい、にんじん、たまねぎ だいこん、こまつな バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
2 土	昼食	おかゆ とうふと野菜の蒸し物 じゃがいものすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	とうふ	ほうれん草、にんじん たまねぎ	しょうゆ だし汁、塩
4 月	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き 白和え たまねぎのすまし汁 フルーツ	米	たい とうふ	こまつな、にんじん たまねぎ バナナ	塩 しょうゆ だし汁、しょうゆ
5 火	昼食	おかゆ たいの蒸し煮 マッシュポテト とうふの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい とうふ、みそ	ほうれんそう たまねぎ、にんじん オレンジ	塩 だし汁
6 水	昼食	おかゆ 鶏肉ととうふのスープ煮 かぼちゃサラダ フルーツ	米	鶏ささみ、とうふ	ほうれんそう、にんじん かぼちゃ、たまねぎ バナナ	しょうゆ、だし汁 塩
7 木	昼食	おかゆ 鶏の煮物 玉ねぎのサラダ じゃがいものスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	キャベツ たまねぎ、ブロッコリー たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
8 金	昼食	おかかがゆ 鯛と玉ねぎの蒸し物 かぼちゃの和え物 大根のすまし汁 フルーツ	米	糸かつお たい	たまねぎ かぼちゃ、にんじん だいこん、ほうれんそう オレンジ	塩 しょうゆ だし汁、塩
9 土	昼食	煮込みうどん にんじんのサラダ マッシュポテト フルーツ	うどん じゃがいも	鶏ささみ	こまつな、にんじん たまねぎ、にんじん	だし汁、しょうゆ 塩
11 月	昼食	おかゆ 鯛と大根の煮物 蒸しブロッコリー ほうれんそうのスープ フルーツ	米	たい	だいこん ブロッコリー ほうれんそう、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁、塩
12 火	昼食	おかゆ 鶏の塩焼き 小松菜の白和え じゃがいものすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ とうふ	こまつな、にんじん たまねぎ、キャベツ オレンジ	塩 しょうゆ だし汁、塩
13 水	昼食	しらすがゆ 鶏肉と野菜の煮物 マッシュポテト キャベツのスープ フルーツ	米 じゃがいも	しらす干し 鶏ささみ	ブロッコリー、たまねぎ キャベツ、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁
14 木	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き かぼちゃサラダ とうふの味噌汁 フルーツ	米	たい とうふ、みそ	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ たまねぎ、キャベツ オレンジ	塩 だし汁
15 金	昼食	おかゆ 鯛のオニオンソース にんじんの煮物 ブロッコリーのスープ フルーツ	米	たい	たまねぎ にんじん ブロッコリー、たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
16 土	昼食	おかゆ 鶏とかぼちゃの煮物 小松菜のお浸し とうふのスープ フルーツ	米	鶏ささみ とうふ	かぼちゃ こまつな、にんじん たまねぎ	だし汁、しょうゆ 塩 だし汁、塩
18 月	昼食	おかゆ 鯛の野菜あんかけ 小松菜のサラダ 大根のスープ フルーツ	片栗粉	たい とうふ	たまねぎ、にんじん こまつな、キャベツ だいこん オレンジ	だし汁、しょうゆ 塩 だし汁、塩
19	昼食	おかゆ	米			

火		鯛の塩焼き かぼちゃの煮物 小松菜の味噌汁 フルーツ		たい とうふ、みそ	 かぼちゃ、にんじん こまつな、たまねぎ バナナ	塩 だし汁、しょうゆ だし汁
21 木	昼食	おかゆ 鶏と野菜の煮物 白菜のスープ フルーツ	米	鶏ささみ	キャベツ、ブロッコリー、にんじん はくさい、たまねぎ バナナ	だし汁、塩 しょうゆ、だし汁
22 金	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の蒸し煮 蒸しさつま芋 小松菜の味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	とうふ みそ	はくさい、にんじん こまつな、たまねぎ、キャベツ バナナ	しょうゆ だし汁
23 土	昼食	おかゆ 鶏と野菜の豆乳ポトフ ブロッコリーサラダ フルーツ	米	鶏ささみ、豆乳	はくさい、たまねぎ、にんじん ブロッコリー、にんじん	塩
25 月	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き ポテトサラダ オニオンスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	 にんじん、ブロッコリー たまねぎ、にんじん バナナ	塩 塩 だし汁
26 火	昼食	おかゆ 鶏の照り焼き 大根の煮物 さつま芋のスープ フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ	こまつな だいこん、にんじん たまねぎ、キャベツ オレンジ	しょうゆ しょうゆ、だし汁 だし汁、塩
27 水	昼食	おかゆ 鶏と玉ねぎの煮物 白菜の和え物 ほうれん草のスープ フルーツ	米	鶏ささみ	たまねぎ はくさい、にんじん ほうれんそう、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ 塩 だし汁、塩
28 木	昼食	おかゆ 鯛のみぞれ煮 ブロッコリーサラダ じゃが芋の味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい みそ	だいこん ブロッコリー、にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁、塩
29 金	昼食	おかゆ 鶏と野菜のポトフ 蒸しかぼちゃ フルーツ	米	鶏ささみ	だいこん、たまねぎ、にんじん、こまつな かぼちゃ バナナ	だし汁、しょうゆ 塩
30 土	昼食	おかゆ 鶏団子のスープ煮 ブロッコリーおかか和え フルーツ	米	鶏ささみ 糸かつお	キャベツ、にんじん、たまねぎ ブロッコリー、にんじん	だし汁、塩 しょうゆ

※献立は変更になる場合があります。月齢により、食材、形状を個別に対応しています。