



# 3月離乳食だより



2026年 みどりが丘保育園

日曜日	AMひよこおやつ	献立	おやつ
2月	お茶・おこさませんべい	おかゆ、煮魚(タラ)、和え物(ほうれん草、大根、人参、ごま)、みそ汁、りんご	お茶・たまごボーロ
3火	お茶・ビスケット	おかゆ、蒸し物(豚肉、玉ねぎ、しいたけ、豆腐)、和え物(菜の花、もやし)、若竹汁、いちご	お茶・おこさませんべい
4水	お茶・たまごボーロ	おかゆ、煮魚(豚肉、昆布、人参、大豆)、さつま芋煮、みそ汁、りんご	お茶・ビスケット
5木	お茶・ウエハース	おかゆ、コンソメ煮(鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ)、和え物(小松菜、もやし、人参)、オレンジ	お茶・おこさませんべい
6金	お茶・おこさませんべい	野菜粥、みそ汁	バナナ
7土	【 卒 園 式 】		
9月	お茶・おこさませんべい	おかゆ、煮物(豚肉、キャベツ、豆腐、ニラ)、焼魚(鮭)、春雨スープ、りんご	お茶・ウエハース
10火	お茶・ビスケット	おかゆ、煮物(じゃが芋、枝豆)、和え物(ほうれん草、もやし、人参)、みそ汁、みかん	お茶・おこさませんべい
11水	お茶・たまごボーロ	おかゆ、煮物(じゃが芋、玉ねぎ、コーン)、煮物(ごぼう、人参)、みそ汁、バナナ	くだもの
12木	お茶・ウエハース	おかゆ、コンソメ煮(豚肉、玉ねぎ、人参、南瓜)、和え物(マカロニ、卵)、オレンジ	お茶・人参粥
13金	お茶・おこさませんべい	おかゆ、蒸し物(豚肉、玉ねぎ、人参)、サラダ(キャベツ、人参、コーン)、卵スープ、バナナ	お茶・さつま芋煮
14土		野菜粥、みそ汁	お茶・おこさませんべい
16月	お茶・おこさませんべい	おかゆ、煮物(豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋)、和え物(ほうれん草、人参、もやし)、みそ汁、オレンジ	お茶・たまごボーロ
17火	お茶・ビスケット	おかゆ、蒸し物(ホッケ)、煮物(豚肉、人参、しいたけ)、みそ汁、りんご	お茶・きなこ粥
18水	お茶・たまごボーロ	おかゆ、煮物(豚肉、玉ねぎ)、煮物(大根、人参、しいたけ)、みそ汁、みかん	くだもの
19木	お茶・ウエハース	おかゆ、コンソメ煮(豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋)、サラダ(ブロッコリー、卵、もやし)、オレンジ	お茶・食パン
20金	【 春 分 の 日 】		
21土		野菜粥、みそ汁	お茶・おこさませんべい
23月	お茶・おこさませんべい	おかゆ、炒め物(豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、ニラ)、さつま芋煮、みそ汁、オレンジ	お茶・ウエハース
24火	お茶・ビスケット	おかゆ、煮物(鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ブロッコリー)、和え物(ほうれん草、コーン)、野菜スープ、バナナ	お茶・おこさませんべい
25水	お茶・たまごボーロ	おかゆ、蒸し物(卵、キャベツ)、煮物(ひじき、人参、大豆)、みそ汁、オレンジ	くだもの
26木	お茶・ウエハース	おかゆ、コンソメ煮(鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋)、和え物(チンゲン菜、わかめ、人参)、りんご	お茶・たまごボーロ
27金	お茶・おこさませんべい	おかゆ、煮魚(タラ)、煮物(豚肉、大根、人参、しいたけ)、うどん、オレンジ	お茶・ビスケット
28土	【 午 前 保 育 】		
30月	お茶・おこさませんべい	おかゆ、煮物(鶏肉、大根、人参、豆腐、いんげん)、焼魚(鮭)、みそ汁、バナナ	お茶・たまごボーロ
31火	お茶・ビスケット	おかゆ、煮物(鶏肉)、和え物(じゃが芋、人参、コーン)、わかめスープ、いちご	ミルクゼリー

◎おやつは一部変更になることがあります。

寒さの中にも春の気配を感じられるになりました。卒園・進級まで1か月、子どもたちが元気に新年度をむかえられるよう、食事の面からサポートしていきたいと思っております。子どもたちが楽しみにしている『お弁当の日』にはお忙しい中、ご協力いただきありがとうございました。



【お給食の供給量】	3歳以上児	3歳未満児
エネルギー	628kcal	472kcal
タンパク質	26.4g	19.9g
脂 質	16.7g	13.8g
食塩相当量	1.5g	1.1g

取り分け離乳食メニュー(後期)

ベビーソーセージ(作りやすい分量)

絹ごし豆腐 150g  
 鶏ひき肉 150g  
 片栗粉 大さじ1と1/2  
 塩 小さじ1/4  
 玉ねぎ、ピーマン、人参  
 (みじん切りで)各大さじ1



- ①ビニール袋に材料を入れて、よく混ぜ合わせる。
  - ②袋の端を指の太さ位に切って、サランラップに棒状に絞って包み、両端をひねる。
  - ③鍋にお湯を沸かして、約10分茹でる。
  - ④冷めたら、好みの長さ切る。
- \*ラップにくるんだまま、冷凍保存もできます。