

令和8年 3月離乳食献立予定表

※旬の食材一たら・ほうれん草・小松菜・白菜・冬キャベツ・大根
チンゲン菜・ねぎ・ブロッコリー・かぶ・菜の花・三つ葉
デコボン・清見オレンジ・いちご



山上保育園

日付		中期 献立名	後期 献立名	材料
2日	16日	白粥・さつま芋と鶏肉煮 ほうれん草煮 キャベツ汁	軟飯・さつま芋と鶏肉の煮物 ほうれん草のお浸し キャベツの味噌汁（果物）	さつま芋・人参・鶏肉・醤油・きび砂糖（後期） ほうれん草・人参・醤油 キャベツ・麩・味噌・鰹節・昆布
3日		白粥・鮭のだし煮 大根と人参煮 すまし汁	軟飯・鮭のみそ煮 大根と人参煮 すまし汁（果物）	鮭・味噌・みりん（後期） 大根・人参・醤油 豆腐・麩・醤油・鰹節・昆布
4日	18日	白粥・豚肉のそぼろ煮 キャベツ煮 白菜汁	軟飯・豚肉のトマトケチャップ炒め キャベツの青のり和え 白菜の味噌汁（果物）	豚肉・玉ねぎ・トマトケチャップ（後期） キャベツ・人参・醤油・青のり 白菜・えのき・麩・味噌・鰹節・昆布
5日	19日	白粥・赤魚のだし煮 かぼちゃ煮 豆腐汁	軟飯・赤魚煮 かぼちゃ煮 豆腐の味噌汁（果物）	赤魚・醤油・みりん（後期） かぼちゃ・人参・醤油・きび砂糖 豆腐・ネギ・味噌・鰹節・昆布
6日		白粥・かぶとツナ煮 マッシュポテト 玉ねぎ汁	軟飯・かぶとツナ煮 ポテトサラダ 玉ねぎの味噌汁（果物）	かぶ・人参・ツナ缶・醤油（後期） じゃが芋・玉ねぎ・人参・コーン・ノンエッグマヨ 玉ねぎ・しめじ・麩・味噌・鰹節・昆布
7日	21日	白粥・じゃが芋と豚肉煮 ほうれん草煮 大根汁	軟飯・じゃが芋と豚肉のクリーム煮 ほうれん草のツナ和え 大根の味噌汁（果物）	じゃが芋・豚肉・人参・牛乳・コンソメ（後期） ほうれん草・人参・ツナ缶・醤油 大根・人参・えのき・味噌・鰹節・昆布
9日	23日	白粥・鶏のそぼろ煮 小松菜のしらす和え チンゲン菜汁	軟飯・肉団子 小松菜のしらす和え チンゲン菜の味噌汁（果物）	豚挽肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・片栗粉・醤油・きび砂糖（後期） 小松菜・人参・しらす・醤油・きび砂糖 チンゲン菜・玉ねぎ・麩・味噌・鰹節・昆布
10日	24日	白粥・たらの味噌焼き 漬しさつま芋 かぶ汁	軟飯・たらの味噌焼き さつま芋サラダ かぶの味噌汁（果物）	たら・味噌・みりん（後期） さつま芋・人参・コーン・ノンエッグマヨ かぶ・しめじ・味噌・鰹節・昆布
11日	25日	白粥・鶏肉のくず煮 じゃが芋煮 小松菜汁	軟飯・牛肉の甘辛煮 じゃが芋と人参煮 小松菜の味噌汁（果物）	牛肉・玉ねぎ・醤油・きび砂糖（後期） じゃが芋・人参・醤油・みりん 小松菜・しめじ・麩・味噌・鰹節・昆布
13日	27日	白粥・豆腐の挽肉あんかけ ひきわり納豆・ほうれん草のお浸し もやし汁	軟飯・豆腐の挽肉あんかけ ひきわり納豆・ほうれん草のお浸し もやしの味噌汁（果物）	豆腐・豚挽肉・醤油・みりん・片栗粉（後期） ひきわり納豆・ほうれん草・人参・醤油 もやし・玉ねぎ・人参・味噌・鰹節・昆布
14日	28日	白粥・豚肉のそぼろ煮 小松菜煮 大根汁	軟飯・豚肉の甘辛煮 小松菜の炒め煮 大根の味噌汁（果物）	豚肉・玉ねぎ・醤油・きび砂糖（後期） 小松菜・玉ねぎ・人参・菜種油・醤油 大根・人参・しめじ・味噌・鰹節・昆布
28日		白粥・たら煮 ほうれん草煮 かぶ汁	軟飯・たらのムニエル ほうれん草のサラダ かぶの味噌汁（果物）	鱈・小麦粉・バター（後期） ほうれん草・人参・コーン・塩・菜種油・酢 かぶ・しめじ・味噌・鰹節・昆布
30日		白粥・ハンバーグ キャベツ煮 豆腐汁	軟飯・ハンバーグ キャベツとほうれん草のお浸し 豆腐の味噌汁（果物）	豚挽き肉・牛ひき肉・玉ねぎ・パン粉・片栗粉（後期） キャベツ・ほうれん草・醤油・きび砂糖 豆腐・麩・味噌・鰹節・昆布
31日		白粥・鮭のだし煮 漬しかぼちゃ 大根汁	軟飯・鮭の照り焼き マッシュかぼちゃ 大根の味噌汁（果物）	鮭・醤油・みりん（後期） かぼちゃ・人参・コーン・塩 大根・えのき・味噌・鰹節・昆布
12日	誕生会	白粥・そぼろ煮 鮭のだし煮 キャベツ煮 すまし汁	そぼろ御飯 鮭のみそ焼き キャベツのコーン和え すまし汁（果物）	白米・豚挽肉・醤油・きび砂糖 鮭・味噌・みりん（後期） キャベツ・人参・コーン・醤油 豆腐・麩・醤油・鰹節・昆布
17日	さよなら パーティー	白粥・豚肉のハンバーグ かぶ煮 玉ねぎ汁	混ぜご飯 豚肉のハンバーグ かぶと人参煮 玉ねぎの味噌汁（果物）	ご飯・青菜 豚挽肉・玉ねぎ・パン粉（後期） かぶ・人参・醤油 玉ねぎ・えのき・ほうれん草・味噌・鰹節・昆布

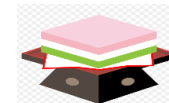
※果物とおやつは、離乳食の進み具合によって個々に合わせて提供します。
※午前のおやつは、赤ちゃんせんべい等無添加でアレルギーにも配慮した内容です。
◎お米は、土作りからこだわった特別栽培米、農薬9割減、米沢で収穫されたお米を使用しています。
◎献立は食材の都合により変更することがあります。



給食だより

この一年、園での食事や食育体験を通し子どもたちの生きる力につながりながら取り組んできました。心身ともに大きく成長した子どもたち、とてもうれしく思います。保護者の皆様には、今年一年ご理解、ご協力いただきありがとうございます。

ひな祭りについて



ひな祭りは、3月3日の桃の節句の事で、女の子の健やかな成長や幸せを祈ってお祝いします。ひな人形は子どもたちの代わりに病気や事故から守ってくれるとされています。そして元気で幸せになるようにお祝いの気持ちや願いを込めて飾ります。
3/3のおやつ“三色花ゼリー”は、ひな祭りのひし餅の色、紅は花、白は雪、緑は新芽を表し、春の訪れへの喜びが込められています。
子どもたちにも伝え、嬉しく美味しくいただきます。



今月はももさんのリクエストメニューが満載！

17日のさよならパーティーは、もも組のリクエストメニューです。みんなで話し合い、決まりました。
また3月4日のおやつ“スイートポテト”はもも組さんが作り、御馳走してくれます。
その他にも、もも組さんのリクエストメニューはグラタンや麻婆豆腐、焼きそば、フライドポテト等々、給食スタッフは美味しく楽しく食べられるよう、心を込めてつくります。