

令和8年3月 離乳食だより

常盤学園保育所

日付	時間帯	完了期	後期	中期	初期
02(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	中華あん(丼) 豆腐のすまし汁	5倍かゆ 旨煮(豚)・後 豆腐のすまし汁・後 ミルク・後	 7倍かゆ 旨煮(豚)・中 豆腐のすまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 旨煮・初 豆腐のすまし汁・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんごゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・後 りんごゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・中 りんごゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・初 りんご煮
03(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん おでん 味噌汁 	5倍かゆ おでん・後 味噌汁(キャ・玉)・後 ミルク・後	7倍かゆ おでん・中 味噌汁(キャ・玉)・中 ミルク・中	10倍かゆ おでん(とうふ)・初 きゃべつの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・後 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・中 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・初 りんご煮
04(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ポークビーンズ 野菜スープ	5倍かゆ 野菜のやわらか煮・後 スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮・中 スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(キャベツ・ト)・初 スープ・初 ミルク・初 
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・初 りんご煮
05(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ホッケの塩焼き きんぴら 味噌汁	5倍かゆ 白身魚の煮付け・後 煮びたし(玉葱)・後 味噌汁(じゃがいも・にん)・後 ミルク・後	7倍かゆ 白身魚の煮付け・中 煮びたし(玉葱)・中 味噌汁(じゃがいも・にん)・中 ミルク・中	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし(玉葱)・初 じゃが芋・にんじんの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・後 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・中 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・初 りんご煮
06(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ちくわの磯辺揚げ 切干大根のサラダ わかめと豆腐のすまし汁	5倍かゆ 炊き合わせ(チンゲン菜)・後 すまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 炊き合わせ(チンゲン菜)・中 すまし汁・中 ミルク・中 	10倍かゆ 炊き合わせ(チンゲン・凍豆)・初 すまし汁・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 お子様せんべい(1枚)・離 りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク・後 お子様せんべい(1枚)・離 りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク・中 お子様せんべい(1枚)・離 りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク・初 りんご煮
07(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ビーフンチャンポン キャベツのおかか和え	5倍かゆ 吉野煮(白菜)・後 味噌汁(キャ・人)・後 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(白菜)・中 味噌汁(キャ・人)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(白菜)・初 キャベツの汁物・初 ミルク・初 
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮
09(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ハヤシ ツナサラダ	5倍かゆ 豚じゃが・後 味噌汁(キャ・人)・後  ミルク・後	7倍かゆ 豚じゃが・中 味噌汁(キャ・人)・中 ミルク・中	10倍かゆ 旨煮・初 キャベツの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・後 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・中 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・初 りんご煮
10(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鯖の味噌煮 チンゲン菜のお浸し 玉ねぎのすまし汁 	5倍かゆ 白身魚の味噌煮・後 煮びたし(チンゲン菜)・後 すまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 白身魚の味噌煮・中 煮びたし(チンゲン菜)・中 すまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし(チンゲン菜)・初 すまし汁・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・後 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・中 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・初 りんご煮
11(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん チャップチェ 玉葱と青ねぎのスープ	5倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・後 スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・中 スープ・中 ミルク・中 	10倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・初 スープ・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(コーン)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(コーン)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(コーン)・離	ミルク・初 りんご煮
12(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	夕焼けごはん トンカツ 茹でキャベツ 味噌汁	5倍かゆ 凍豆腐の煮物・後 味噌汁(キャ・玉)・後 ミルク・後	7倍かゆ 凍豆腐の煮物・中 味噌汁(キャ・玉)・中 ミルク・中	10倍かゆ 凍豆腐の煮物・初 きゃべつの汁物・初 ミルク・初 
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン・離	ミルク・後 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン・離	ミルク・中 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン・離	ミルク・初 りんご煮
13(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のケチャップ和え 和風サラダ 春雨のすまし汁 	5倍かゆ 炊き合わせ(ささみじゃが)・後 春雨のすまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 炊き合わせ(ささみじゃが)・中 春雨のすまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(じゃが芋・凍)・初 春雨スープ・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・後 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・中 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・初 りんご煮
14(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 豚肉と野菜の旨煮 味噌汁	5倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・後 味噌汁(玉ねぎ)・後 ミルク・後	7倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・中 味噌汁(玉ねぎ)・中 ミルク・中	10倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ・初 スープ・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮

※献立は、その日の都合により変更することがあります。