



令和5年3月  
第一ルンビニ園



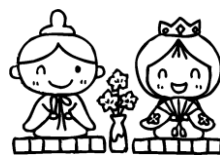
献立予定表 \*毎日フルーツがつきます

日	曜	離乳食	幼児食	延長保育
1	水	おかゆ みそ汁 サケの旨煮 おいもと豆腐のコロコロ煮	ごはん 豆腐のみそ汁 さけのちゃんちゃん焼き 白魚の佃煮	わかめおにぎり お茶 スティックきゅうり フルーツ
2	木	おかゆ スープ しらすあんかけのくたくた煮	ジャムサンド スープ 唐揚げ チョレギサラダ	わかめおにぎり お茶 ミニトマト フルーツ
3	金	おかゆ みそ汁 ササミの旨煮 野菜のトマト煮込み	ちらし寿司 わかめのみそ汁 筑前煮 野菜のおかか和え トマト	わかめおにぎり お茶 ミニゼリー フルーツ
4	土	煮込みうどん 野菜とおいもの煮物	わかめうどん ヨーグルト	パン お茶 フルーツ
6	月	おかゆ キャベツのくたくたみそ汁 カレイの旨煮 野菜のコトコト煮	ゴマ塩ごはん 春キャベツのみそ汁 えびのケチャップ煮 春雨サラダ	わかめおにぎり お茶 ブロッコリー フルーツ
7	火	野菜煮込みうどん タラの旨煮 おいもマッシュ	みそラーメン ぎょうざ ちくわときゅうりのマヨ和え	わかめおにぎり お茶 ミニトマト フルーツ
8	水	おかゆ かぼちゃのトロトロみそ汁 サケの旨煮 野菜のスティック煮	ごはん 豚汁 魚のカレー揚げ ひじきの炒り煮	ジャムサンド お茶 スティックきゅうり フルーツ
9	木	おかゆ スープ マカロニのしらすあんかけ	バターロール ミネストローネ マカロニグラタン ビーンズサラダ	わかめおにぎり お茶 ブロッコリー フルーツ
10	金	おかゆ みそ汁 ササミの旨煮 野菜のトマト煮込み	ごはん なめこのみそ汁 焼肉 野菜炒め トマト	わかめおにぎり お茶 ミニゼリー フルーツ
11	土	野菜煮込みうどん おいものコロコロ煮	ためきうどん ゼリー	パン お茶 フルーツ
13	月	おかゆ じゃがいものみそ汁 タイの旨煮 野菜のスティック煮	ごはん じゃがいものみそ汁 八宝菜 野菜スティック	ジャムサンド お茶 ミニトマト フルーツ
14	火	野菜煮込みうどん カレイの旨煮 かぼちゃのほくほく煮	きつねうどん かぼちゃの甘煮 温野菜のカレーマヨ和え	わかめおにぎり お茶 スティックきゅうり フルーツ
15	水	おかゆ みそ汁 タラの旨煮 おいもと豆腐のコロコロ煮	のりまき あおさのみそ汁 ゼリー 肉団子 野菜のごま和え チーズ トマト	わかめおにぎり お茶 ブロッコリー フルーツ
16	木	おかゆ みそ汁 サケの旨煮 野菜煮の和え物	バターロール クリームシチュー タンダーリーチキン ピクルス	わかめおにぎり お茶 スティックきゅうり フルーツ
17	金	おかゆ みそ汁 スティック野菜煮としらすあんかけ	ごはん かぼちゃのみそ汁 豚肉と厚揚げの煮物 たまご焼き	わかめおにぎり お茶 ミニゼリー フルーツ
18	土	煮込みうどん 野菜とおいもの煮物	きのこうどん ヨーグルト	パン お茶 フルーツ
20	月	おかゆ みそ汁 ササミの旨煮 野菜のトロトロ煮	ごはん つみれのみそ汁 豚肉の生姜焼き 野菜炒め 煮豆	わかめおにぎり お茶 ミニゼリー フルーツ
22	水	おかゆ 白菜のトロトロみそ汁 カレイの旨煮と野菜あんかけ	ごはん 白菜のみそ汁 揚げ魚の野菜あんかけ たたききゅうり	ジャムサンド お茶 ミニトマト フルーツ
23	木	おかゆ スープ タラの旨煮 ポテトマッシュ トマト煮	ジャムサンド スープ エビフライ ポテトサラダ トマト	わかめおにぎり お茶 ブロッコリー フルーツ
24	金	おかゆ スープ サケの旨煮 カラフルおいもマッシュ	しらすごはん おでん にんじんしりしり 鶏肉の照り焼き チンゲン菜の油炒め	わかめおにぎり お茶 ミニゼリー フルーツ
25	土	野菜煮込みうどん おいものコロコロ煮	きつねうどん ゼリー	パン お茶 フルーツ
27	月	おかゆ みそ汁 しらすあんかけ 野菜の納豆和え	ごはん ふきのみそ汁 赤魚の煮付け 野菜の納豆和え	わかめおにぎり お茶 スティックきゅうり フルーツ
28	火	野菜煮込みうどん ササミの旨煮 野菜のスティック煮	ミートソーススパゲティ スープ ナゲット フルーツサラダ	ジャムサンド お茶 ミニトマト フルーツ
29	水	おかゆ みそ汁 タイの旨煮 野菜とマカロニのマッシュ	キーマカレーライス たまごのみそ汁 ポイルウインナー マカロニサラダ	わかめおにぎり お茶 ブロッコリー フルーツ
30	木	おかゆ スープ カレイの旨煮 温野菜	バターロール コーンスープ ハンバーグ フライドポテト 温野菜	わかめおにぎり お茶 スティックきゅうり フルーツ
31	金	おかゆ みそ汁 タラの旨煮 野菜とおいものコロコロ煮	びびんバ丼 豆乳のみそ汁 ちくわの磯辺揚げ きゅうりの中華和え	わかめおにぎり お茶 ミニゼリー フルーツ

卒園、進級と節目の季節を迎えました。  
この一年間でほとんどの子どもたちが、たくさんご飯を食べられるようになったり、苦手なものも少しでも食べられるようになったり、成長することができましたね。  
ゆり組の皆さんは、楽しい学校生活が待っていますが、色々と不安なこともあるでしょう。家族との食事の時間を大切にして、不安を取り除くことができるように、子どもと一緒にゆっくと食事をしましょう。  
入学の日まで心の安定を図り、元気な一年生を目指しましょう。



3日(金)・・・ひなまつり  
15日(水)・・・おたんじょう会・お別れ会  
22日(水)・・・卒園式



離乳食メモ 

離乳食は、月齢でどんどん進んでいきますが、個人差を十分に配慮することが大切です。  
また、一回食・二回食・三回食であっても基本はあくまでも薄味であることが大切です。  
味を付ける場合もそれぞれの食材の持つ味を生かして薄味にしましょう。  
子供にあわせて色々工夫し、あせらずゆっくり進めることを心がけましょう。  
\* 塩分の高いものや味の濃いものは子どもの未発達な体の負担になるので、早いうちから与えないようにしましょう。

 今月の手作りおやつ

- ☆ しらすチーズおにぎり
- ☆ フレンチトースト
- ☆ フルーチェ
- ☆ フルーツゼリー
- ☆ クッキー
- ☆ 塩ラーメン



今月はゆり組のリクエストメニューが入っています

