



# 3月の献立

アソカ保育園



曜	日付		未満児おやつ	副 食	3時のおやつ	
月		25	・牛乳 ・ポップコーン	・鶏肉入り味噌けんちん汁 ・野菜のオーロラソース和え ・ごまひじき	・11)牛乳 ・ミルクココア蒸しパン	
火	12	26	・牛乳 ・ポイル人参	・白身魚のパン粉焼き ・ジャーマンポテト ・青梗菜スープ	・ミルク ・ココナッツサブレ	
水	13	27	・牛乳 ・いちご	・南瓜の豚そぼろ煮 ・和風サラダ ・りんご	・お茶 ・おにぎり	
木	14	28	・牛乳 ・さやえんどう	・チキンカレー ・ほうれん草とツナのドレッシング和え ・パイン缶	・さつま芋のミルク かりんとう	
金	1	15	29	・牛乳 ・南瓜の甘煮	・1.15)牛肉の卵とじ ・もやしの酢の物 ・オレンジ ・29)あんかけ卵焼き ・ポイルブロッコリー・人参 ・大根と油揚げの味噌汁	・1)かるぴす ・ひなあられ ・15.29)ミルク、星たべよ
土	2	16	30	・牛乳 ・ミニサラダ	・2.16)とろろ昆布うどん ・みかん ・30)野菜ビーフン ・ニラとえのきのスープ	・2, 16)ひとくちカステラ ・30)バナナ
月	4	18	・牛乳 ・プチうすやき	・ミネストローネ ・白菜のおかか和え ・バナナ	・お好み焼き	
火	5	19	・ヨーグルト	・麻婆豆腐 ・小松菜の塩昆布和え ・きのこスープ(中華)	・ミルク ・ハーベスト	
水	6	20	・牛乳 ・食べっこベビー	・磯煮 ・ツナサラダ ・みかん	・6)ごぼうチップス ・20)ヨーグルトゼリー	
木	7	21	・牛乳 ・バナナ	・チキンのトマトチーズ焼き ・ポイル野菜(ブロッコリー、人参) ・コーン入りコンソメスープ	・ミルク ・味しらべ	
金	8	22	・牛乳 ・胡瓜のオーロラソース和え	・鶏肉と干切り大根の含め煮 ・春雨の酢の物 ・りんご	・お茶 おはぎ	
土	9	23	・牛乳 ・玉子ボーロ	・豆乳ラーメン ・レモン酢和え	・クロワッサン	

☆お誕生会☆

3月13日 水曜日

(献立)

☆ちらし寿し

☆中華風ローストチキン

☆温野菜

☆吸い物

♡おやつ♡

・牛乳

・恵みマドレーヌ

**3がつうまれのおともだち  
おたんじょうびおめでとう!**

## 幼児食を始めよう

大人に食べさせてもらうことが中心の離乳食とは違い、子どもがひとりで食べる幼児食は、スプーンやフォークといった食器・食具を使う技術が身につきます。また、食べ物も形や味にさまざまな変化がため、食べることへの意欲をより育むことができます。離乳食の完了期を迎えたら、子どものようすを見ながら、幼児食へ移ってみてはいかがでしょうか。「幼児食はまだ早いな…」と感じたら、少し前の段階にまた戻ればよいのです。

