

### 3月離乳食メニュー

日付	主食	副食	汁	デザート
2 (月)	きなこがゆ	鶏肉の煮物 ブロッコリーの煮物	みそ汁(人参・大根)	ゼリー
3 (火)	かつおがゆ	魚の煮物(ほき) かぼちゃの煮物	おすまし(青菜・人参)	バナナ
4 (水)	さつまいもがゆ	鶏ミンチの煮物 青菜の煮物	うどん(ブロッコリー・玉ねぎ)	りんご
5 (木)	きなこがゆ	豆腐の煮物 ブロッコリーの煮物	おすまし(白菜・人参)	バナナ
6 (金)	人参がゆ	鶏肉の煮物 いんげんの煮物	みそ汁(玉ねぎ・青菜)	りんご
7 (土)	かつおがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	スープ(大根・青菜)	バナナ
9 (月)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) かぼちゃの煮物	スープ(ブロッコリー・玉ねぎ)	ゼリー
10 (火)	さつまいもがゆ	鶏ミンチの煮物 青菜の煮物	みそ汁(白菜・人参)	りんご
11 (水)	かつおがゆ	鶏肉の煮物 いんげんの煮物	スープ(大根・青菜)	バナナ
12 (木)	青菜がゆ	豆腐の煮物 ブロッコリーの煮物	おすまし(玉ねぎ・人参)	りんご
13 (金)	かつおがゆ	鶏ミンチの煮物 人参の煮物	スープ(大根・青菜)	ゼリー
14 (土)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) じゃがいもの煮物	みそ汁(キャベツ・人参)	バナナ
16 (月)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) 人参の煮物	おすまし(ブロッコリー・玉ねぎ)	ゼリー
17 (火)	さつまいもがゆ	豆腐の煮物 青菜の煮物	うどん(人参・大根)	バナナ
18 (水)	人参がゆ	鶏ミンチの煮物 じゃがいもの煮物	スープ(玉ねぎ・青菜)	りんご
19 (木)	かつおがゆ	魚の煮物(ほき) さつまいもの煮物	おすまし(人参・大根)	バナナ
21 (土)	人参がゆ	鶏肉の煮物 ブロッコリーの煮物	スープ(白菜・キャベツ)	りんご
23 (月)	きなこがゆ	豆腐の煮物 いんげんの煮物	みそ汁(人参・青菜)	ゼリー
24 (火)	かつおがゆ	鶏ミンチの煮物 かぼちゃの煮物	おすまし(玉ねぎ・ブロッコリー)	りんご
25 (水)	人参がゆ	魚の煮物(ほき) さつまいもの煮物	みそ汁(大根・青菜)	バナナ
26 (木)	青菜がゆ	鶏肉の煮物 じゃがいもの煮物	スープ(キャベツ・人参)	りんご
27 (金)	さつまいもがゆ	豆腐の煮物 ブロッコリーの煮物	おすまし(人参・玉ねぎ)	ゼリー
28 (土)	きなこがゆ	鶏ミンチの煮物 じゃがいもの煮物	みそ汁(キャベツ・青菜)	バナナ
30 (月)	人参がゆ	魚の煮物(ほき) 青菜の煮物	おすまし(玉ねぎ・ブロッコリー)	ゼリー
31 (火)	かつおがゆ	鶏肉の煮物 さつまいもの煮物	うどん(大根・青菜)	りんご

おやつ…ベビーせんべい

青菜…ほうれん草