

もぐもぐ☆かみかみだより 3月

		もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみ食 おやつ
2	月	おかゆ そぼろ煮(人参 じゃが芋 玉ねぎ 鶏ひき肉) ブロッコリーのあんかけ煮(人参 ブロッコリー しらす)	軟飯 そぼろ煮 ブロッコリーのあんかけ煮	マフィン
3	火	おかゆ 豆腐ハンバーグ(鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ 小松菜 キャベツ 人参) すまし汁(じゃが芋 玉ねぎ 人参)	軟飯 豆腐ハンバーグ すまし汁	せんべい
4	水	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 きゅうり 人参) みそ汁(大根 人参 さつまいも)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	パン
5	木	おかゆ マーボー豆腐(人参 ピーマン ねぎ 豆腐) かぼちゃサラダ(きゅうり かぼちゃ チーズ)	軟飯 マーボー豆腐 かぼちゃサラダ	豆乳もち
6	金	おかゆ かぼちゃ煮物(かぼちゃ) すまし汁(人参 わかめ 豆腐)	軟飯 かぼちゃ煮物 すまし汁	ビスケット
7	土	みそ煮込みうどん(うどん キャベツ 玉ネギ 人参 ふ)	みそ煮込みうどん	
9	月	おかゆ クリーム煮(じゃが芋 人参 玉ねぎ 小松菜) あんかけ煮(人参 きゅうり しらす)	軟飯 クリーム煮 あんかけ煮	パン
10	火	おかゆ 大豆の煮物(大豆 人参 わかめ ふ) さつま芋サラダ(さつま芋 きゅうり 人参 チーズ)	軟飯 大豆の煮物 さつま芋サラダ	せんべい
11	水	おかゆ 肉団子スープ(鶏ひき肉 人参 大根 玉ねぎ) じゃが芋のお焼き(じゃが芋 チーズ)	軟飯 肉団子スープ じゃが芋のお焼き	マフィン
12	木	おかゆ かぼちゃグラタン(かぼちゃ 玉ねぎ 鶏むね肉) 野菜スープ(玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー)	軟飯 かぼちゃグラタン 野菜スープ	せんべい
13	金	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 ブロッコリー) すまし汁(人参 小松菜 とうふ)	軟飯 魚のあんかけ煮 すまし汁	スイート ポテト
14	土	スパスープ(スパゲティ 玉ねぎ 人参 牛乳 チーズ)	スパスープ	
16	月	おかゆ 魚のホイル焼き(白身魚 人参 ブロッコリー チーズ) みそ汁(人参 大根 かぼちゃ 小松菜)	軟飯 魚のホイル焼き みそ汁	せんべい
17	火	おかゆ しらすのあんかけ煮(しらす 人参 きゅうり) さつま汁(さつま芋 人参 大根)	軟飯 しらすのあんかけ煮 さつま汁	きなこ 蒸しパン
18	水	パン クリームシチュー(人参 玉ねぎ じゃが芋 鶏肉) やわらか煮(ブロッコリー キャベツ 人参)	パン クリームシチュー やわらか煮	スティック ケーキ
19	木	おかゆ トマトスープ(トマト 大豆 人参 玉ねぎ) やわらか煮(鶏肉 キャベツ きゅうり)	軟飯 トマトスープ やわらか煮	ビスケット
21	土	煮込みうどん(うどん 人参 チンゲン菜 ふ)	煮込みうどん	
23	月	おかゆ 肉団子のあんかけ煮(鶏ひき肉 さつまいも 人参 玉ねぎ) ポテトスープ(じゃが芋 玉ねぎ 人参)	軟飯 肉団子のあんかけ煮 ポテトスープ	せんべい
24	火	おかゆ みそおでん(大根 人参 ふ じゃが芋) しらすのあんかけ煮(しらす キャベツ きゅうり)	軟飯 みそおでん しらすのあんかけ煮	スティック ケーキ
25	水	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 玉ねぎ) みそ汁(玉ねぎ 人参 わかめ)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	パン
26	木	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐 人参 玉ねぎ いんげん) やわらか煮(キャベツ 人参 きゅうり)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 やわらか煮	せんべい
27	金	おかゆ 野菜のあんかけ煮(人参 玉ねぎ さつまいも 鶏肉) やわらか煮(キャベツ 人参 ブロッコリー しらす)	軟飯 野菜のあんかけ煮 やわらか煮	ビスケット
28	土	煮込みうどん(うどん 人参 玉ねぎ キャベツ ふ)	煮込みうどん	