



離乳食だより

2023.3.1
ひらた西保育園

今年度も残すところあと1ヶ月ですね。

離乳食も子ども一人ひとりが自分のペースで、少しずついろいろな物が食べられるようになり、成長してきました。保護者の皆様には、今年度もいろいろとご協力いただきありがとうございました。



- ・ 今月のおべんとうの日は20日(月)です。よろしくお願いします。
- ・ 3/30、3/31は希望保育です。ご利用される方は離乳食のお弁当をお願いします。

～素材の味を生かすだし～

子どもの味覚は身体の成長と同時に形成されていきます。薄味を基本にして、素材そのものの味を大切にしていきたいと思います。

- ◎ 昆布だし … 上品で控えめな、うま味。
素材の味わいを大切にする料理に。
※ 保育園では、離乳食には主に昆布だしをとっています。
- ◎ かつおだし … 香りの良い、うま味のきいた上品なだし。
素材の味を生かしたいときに。
※ うどんのだしはかつお節だしをとると風味が良くおいしいですよ。
- ◎ 煮干しだし … こくのある、うま味の強いだし。
みそ汁・煮物などにぴたり。
※ 保育園では、幼児食のみそ汁や煮物に煮干しだしをとっています。



日	月	火	水	木	金	土
			1 おかゆ 煮魚 粉ふき芋 キャベツのスープ	2 おかゆ つくね焼き 和え物 かきたまスープ	3 誕生会 お弁当	4 お弁当
5	6 おかゆ 肉団子 和え物 貝だくさんスープ	7 スティックパン 鶏とほうろ煮 さつまいもの煮しめ もやしのスープ	8 おかゆ 厚揚げステーキ かぼちゃの煮しめ 大根のスープ	9 おかゆ 焼き魚 マッシュポテト 貝だくさんスープ	10 おかゆ ハンバーグ おひたし じゃが芋のスープ	11 お弁当
12	13 おかゆ マーボー豆腐 ひじき煮 スープ	14 おかゆ 鶏とほうろ煮 和え物 スープ	15 おかゆ 煮魚 あらめ煮 貝だくさんスープ	16 ぶどう組さん リクエストメニュー お弁当	17 きつねうどん かぼちゃの煮しめ フロッコリー煮	18 卒園式 お弁当
19	20 おべんとうの日 お弁当	21 春分の日 お弁当	22 おかゆ 厚揚げのあんかけ 和え物 さつまいものスープ	23 おかゆ 焼き魚 おひたし スープ	24 おかゆ 肉じゃが スティック野菜 スープ	25 お弁当
26	27 おかゆ 肉豆腐 さつまいもの煮しめ もやしのスープ	28 煮込みうどん じゃが芋の煮しめ フロッコリー煮	29 おかゆ 鶏とほうろ煮 和え物 スープ	30 希望保育 お弁当	31 希望保育 お弁当	