



# 離乳食だより

2024.3.1  
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。

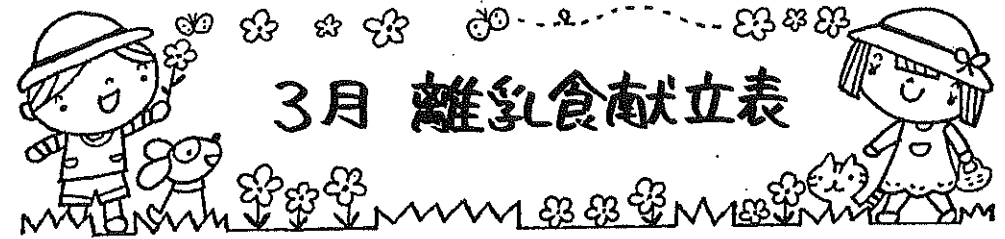


- ・今月のおべんとうの日は14日(木)です。よろしくお願ひします。
- ・3/28、3/29は希望保育です。ご利用される方は離乳食のお弁当をお願ひします。

## ～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・煮物などにぴったり  
※ 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 肉豆腐 かぼちゃの煮しめ 大根のスープ	2 お弁当
3	4 おかゆ 肉団子 さつまいもの煮しめ スープ	5 おかゆ 焼き魚 ひじき煮 貝だくさんスープ	6 誕生会 	7 おかゆ 豆腐の野菜煮 和え物 かぶのスープ	8 おかゆ 鶏とほろ煮 スティック野菜 スープ	9 お弁当
10	11 おかゆ 鶏ささみ煮 切干煮 キャベツのスープ	12 おかゆ 煮魚 納豆和え かきたまスープ	13 おかゆ 厚揚げ煮 スティック野菜 さつまいものスープ	14 おべんとうの日 	15 煮込みうどん 春雨和え ココロ煮	16 お弁当
17	18 おかゆ ハンバーグ フロッコリー煮 もやしのスープ	19 わかめうどん マッシュポテト 厚揚げの煮しめ	20 春分の日 お弁当	21 ぶどう組さん リクエストメニュー 	22 おかゆ 焼き魚 おひたし 貝だくさんスープ	23 卒園式 お弁当
24	25 おかゆ 鶏とほろ煮 かぼちゃの煮しめ スープ	26 おかゆ 豆腐のとほろ煮 あらめ煮 スープ	27 スティックパン 煮魚 じゃが芋の煮しめ 野菜スープ	28 希望保育 お弁当	29 希望保育 お弁当	30 お弁当
31						