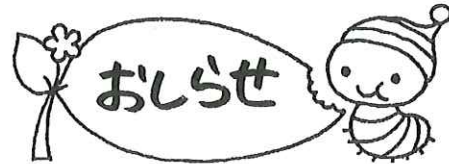




離乳食だより

2026.3.1
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(3日(金))
です。よろしく申し上げます。
- ・ 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	2	3	4	5	6	7
	おかゆ 肉団子 和え物 かぶのスープ	おかゆ 肉じゃが スティック野菜 スープ	おかゆ 煮魚 ひじき煮 キャベツのスープ	おかゆ 鶏とぼろ煮 納豆和え スープ	おかゆ 肉豆腐 あらめ煮 もやしのスープ	お弁当
8	9	10	11	12	13	14
	おかゆ 鶏とぼろ煮 おひたし じゃが芋のスープ	おかゆ つくね焼き 和え物 春雨スープ	おかゆ 厚揚げのおんかけ ひじき煮 さつまいもスープ	おかゆ 焼き魚 納豆和え 具だくさんスープ	おべんとうの日 	お弁当
15	16	17	18	19	20	21
	おかゆ ハンバーグ 切干煮 スープ	おかゆ 鶏とぼろ煮 7ロックリー煮 スープ	おかゆ 焼き魚 おひたし 具だくさんスープ	おかゆ マーボー豆腐 かぼちゃの煮しめ スープ	春分の日 卒園式	お弁当
22	23	24	25	26	27	28
	おかゆ 鶏ささみ煮 さつまいもの煮しめ 具だくさんスープ	おかゆ 煮魚 おひたし スープ	おかゆ 鶏とぼろ煮 さつまいもの煮しめ スープ	おかゆ 厚揚げ煮 7ロックリー煮 大根のスープ	おかゆ 鶏とぼろ煮 かぼちゃの煮しめ スープ	お弁当
29	30	31				
	希望保育 お弁当	希望保育 お弁当				