



# 3月14日～16日



3月14日(月)  
《幼児食(以上児)》

3月15日(火)  
《幼児食(以上児)》

3月16日(水)  
《幼児食(以上児)》

◎給食



◎給食



◎給食



◎おやつ



◎おやつ



◎おやつ



《離乳食》  
(パクパク期)

《離乳食》  
(パクパク期)

《離乳食》  
(パクパク期)

◎給食



◎給食



◎給食



◎おやつ



◎おやつ



◎おやつ



※未満児さん(1～2歳児)の幼児食の量は、以上児と同じ形態で、量が少ないものとなっています。  
ご飯は毎日同じものになりますので、白ご飯以外の時のみ掲載します。



# 3月17日、18日



3月17日(木)

《幼児食(以上児)》

◎給食



◎おやつ



《離乳食》  
(パクパク期)

◎給食



◎おやつ



3月18日(金)

《幼児食(以上児)》

◎給食



◎おやつ



《離乳食》  
(パクパク期)

◎給食



◎おやつ



☆ 今週のおすすめレシピ ☆

## 〇メキシカンピラフ (3月15日 給食)

〈材料 4人分〉

・米	2合
・ケチャップ	30g
・カレー粉	2g
・みりん	10g
・ウスターソース	12g
・しょうゆ	10g
・コンソメ	2g
・塩	少量
・人参	1/2本
・玉ねぎ	1/2個
・ピーマン	2個
・赤パプリカ	1/4個
・ウインナー	3本

〈作り方〉

- ①炊飯釜に、洗って浸水させたお米と調味料を入れ、2合の線まで水を入れ、軽くかき混ぜます。
- ②お米の上に、みじん切りにした人参・玉ねぎ・ピーマン・パプリカと、半月切りにしたウインナーを入れ炊飯します。

※カレー粉の量は、お子さんに合わせて調節して下さい。

15日は年長さんを送る会でした。子ども達が好きなご飯は何かあと考え、子どもが好むケチャップやカレー粉、ソースを使ったメキシカンピラフにしました。中に入れる具材を、お子さんの好きな物にして、ご家庭でアレンジして作ってみて下さいね。