

2022年6月

離乳食だより

四條畷市役所子ども政策課

日付	時間帯	幼児食(0歳児クラス)	離乳食(後期・完了)	離乳食(中期)	離乳食(初期)
1(水)	昼食	三色丼 スティックソーセージ ほうれん草のすまし汁	鶏ミンチと三度豆のおじや ほうれん草のすまし汁	鶏ミンチと三度豆のおじや ほうれん草のすまし汁	白身魚入りがゆ ほうれん草のお汁(豆腐)
	午後おやつ	牛乳 果物 ビスコ	果物 かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	りんご かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	おろしりんご
2(木)	昼食	ご飯 八宝菜(キャベツ) 切干大根のみそ汁	かゆ 八宝菜風(キャベツ) 切干大根のみそ汁	かゆ 八宝菜風(キャベツ) 切干大根のみそ汁	つぶしがゆ キャベツの野菜あん 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎和風ラスク	果物 ◎シュガートースト(離乳用)	りんご ◎シュガートースト(離乳用)	おろしりんご 
3(金)	昼食	ご飯 焼き魚(さば) 白菜の煮びたし 豆腐とねぎのお吸い物	かゆ 白身魚と白菜煮 豆腐のすまし汁	かゆ 白身魚と白菜煮 豆腐のすまし汁 	つぶしがゆ 白身魚と白菜煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎いちごジャムクレープ 	果物 ◎米粉のホットケーキ(離乳用)	りんご ◎米粉のホットケーキ(離乳用)	おろしりんご
4(土)	昼食 	きつねうどん 果物	じゃこ入り五目うどん 果物	じゃこ入り五目うどん りんご	クタクタうどん 野菜の吉野煮(チンゲン菜) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン 	食パン	
6(月)	昼食	ご飯 チキンカレー 胡瓜の甘酢和え	かゆ クリームシチュー風(鶏) 胡瓜と人参サラダ	かゆ クリームシチュー風(鶏) 胡瓜と人参サラダ	つぶしがゆ 野菜のクリーム煮 胡瓜の裏ごし
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎チヂミ	果物 ◎チヂミ風(離乳用)	りんご ◎チヂミ風(離乳用)	おろしりんご
7(火)	昼食	ご飯 野菜炒め(ビーフン入) 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー 大根のみそ汁	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー 大根のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 大根のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎蒸し芋(小) 豆乳プリン	果物 ◎蒸し芋	りんご ◎蒸し芋 	おろしりんご
8(水)	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き もやしのおかか和え えのきとワカメのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(じゃがいも) 玉ねぎのすまし汁 	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(じゃがいも) 玉ねぎのすまし汁	つぶしがゆ 白身魚とじゃが芋煮 玉ねぎのお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	果物 かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	りんご かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	おろしりんご 
9(木)	昼食	ゆかりご飯 筑前煮 麩とねぎのみそ汁	かゆ 筑前煮風 小松菜と麩のみそ汁	かゆ 筑前煮風 小松菜と麩のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎きなこクッキー 	果物 ◎きなこクッキー(離乳用)	りんご ◎きなこクッキー(離乳用)	おろしりんご
10(金)	昼食	ご飯 納豆かき揚げ  わかめと胡瓜の和え物 白菜のすまし汁	かゆ 白身魚とさつま芋煮 白菜のすまし汁	かゆ 白身魚とさつま芋煮 白菜のすまし汁 	つぶしがゆ 白身魚とさつま芋煮 白菜のお汁(たまねぎ)
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツヨーグルト おにぎりせんべい	◎フルーツ(離乳用) 離乳用菓子(ハイハイ)	りんご 離乳用菓子(ハイハイ)	おろしりんご
11(土)	昼食	イタリアンスパゲティ 果物	スパゲティミート煮(豚) 果物	スパゲティミート煮(豚) りんご	クタクタスパゲティ 野菜の吉野煮(キャベツ) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン 	食パン	
13(月)	昼食	シーチキン炒飯 ゆでブロッコリー(マヨドレ) ユーンとベーコンのスープ	鶏ミンチ入りおじや ゆでブロッコリー 玉ねぎのスープ	鶏ミンチ入りおじや ゆでブロッコリー 玉ねぎのスープ	白身魚入りがゆ(ブロッコリー) 玉ねぎのスープ 
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎キャロット蒸しパン 	果物 ◎キャロット蒸しパン(離乳用)	りんご ◎キャロット蒸しパン(離乳用)	おろしりんご
14(火)	昼食	ご飯 野菜のみそだれかけ キャベツのすまし汁	かゆ 野菜のみそ煮 キャベツのすまし汁	かゆ 野菜のみそ煮 キャベツのすまし汁	つぶしがゆ 豆腐とじゃが芋のつぶし煮 キャベツのお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎パインケーキ	果物 ◎パウンドケーキ風(離乳用)	りんご ◎パウンドケーキ風(離乳用)	おろしりんご
15(水)	昼食	ご飯 さわらの梅煮 大根の和え物 豆腐のみそ汁	かゆ 白身魚と大根煮 豆腐のみそ汁	かゆ 白身魚と大根煮 豆腐のみそ汁 	つぶしがゆ 白身魚のおろし煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎豆乳あべかわ	果物 ◎ミルクあべかわ	りんご ◎ミルクあべかわ	おろしりんご



日付	時間帯	幼児食(0歳児クラス)	離乳食(後期・完了)	離乳食(中期)	離乳食(初期)
16(木)	昼食	ご飯 すき焼き風煮 小松菜のみそ汁	かゆ すき焼き風煮 小松菜のみそ汁	かゆ すき焼き風煮 小松菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐の白菜煮 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎麩のピザ	果物 ◎麩のピザ(離乳用)	りんご ◎麩のピザ(離乳用)	おろしりんご
17(金)	昼食	ご飯 チキンカレームニエル キャベツのドレッシング和え じゃが芋のスープ	かゆ 鶏ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) じゃがいものスープ	かゆ 鶏ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) じゃがいものスープ	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 じゃがいものスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎コーンフリッター	果物 ◎米粉のホットケーキ(離乳用)	りんご ◎米粉のホットケーキ(離乳用)	おろしりんご
18(土)	昼食	五目ラーメン 果物	豚ミンチの五目うどん(白菜) 果物	豚ミンチの五目うどん(白菜) りんご	クタクタうどん 野菜の吉野煮(白菜) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン	
20(月)	昼食	ご飯 豆腐の肉あんかけ 大根のみそ汁	かゆ 豆腐の肉あんかけ 大根のみそ汁	かゆ 豆腐の肉あんかけ 大根のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐と野菜煮 大根のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ココアクッキー	果物 ◎クッキー(離乳用)	りんご ◎クッキー(離乳用)	おろしりんご
21(火)	昼食	ご飯 ナゲット 胡瓜と人参の和え物 えのきのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(ケチャップ) 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(ケチャップ) 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎りんごのコンポート ハッピーターン	◎りんごのコンポート 離乳用菓子(ハイハイ)	◎りんごのコンポート 離乳用菓子(ハイハイ)	おろしりんご
22(水)	昼食	ご飯 ハンバーグ コーンとワカメのサラダ レタスのスープ	かゆ ハンバーグ(離乳用) 胡瓜と人参サラダ じゃがいものスープ	かゆ ハンバーグ(離乳用) 胡瓜と人参サラダ じゃがいものスープ	つぶしがゆ 白身魚のクリーム煮 じゃがいものスープ
	午後おやつ	牛乳 メロン ◎ホットケーキ(ホイップ付き)	メロン ◎米粉のホットケーキ(離乳用)	りんご ◎米粉のホットケーキ(離乳用)	おろしりんご
23(木)	昼食	ふりかけご飯(かつお) 厚揚げの煮付け 青菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮付け 青菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮付け 青菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のおろし煮 青菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎開口笑(カイコウショウ)	果物 ◎さつま芋マッシュ	りんご ◎さつま芋マッシュ	おろしりんご
24(金)	昼食	ご飯 酢豚風 春雨スープ	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) 春雨スープ	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) 春雨スープ	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ひじきのおやき	果物 ◎にんじんおじや	りんご ◎にんじんおじや	おろしりんご
25(土)	昼食	肉うどん 果物	鶏ミンチの五目うどん(チンゲン菜) 果物	鶏ミンチの五目うどん(チンゲン菜) りんご	クタクタうどん 野菜の吉野煮(チンゲンサイ) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン	
27(月)	昼食	ご飯 夏野菜カレー キャベツコーンサラダ	かゆ クリームシチュー風(鶏・かぼちゃ) キャベツサラダ	かゆ クリームシチュー風(鶏・かぼちゃ) キャベツサラダ	つぶしがゆ クリームシチュー風(かぼちゃ) キャベツの裏ごし
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎きな粉のカップケーキ	果物 ◎きな粉のカップケーキ	りんご ◎きな粉のカップケーキ	おろしりんご
28(火)	昼食	ご飯 あじの南蛮漬け 三度豆のごま和え しめじと玉ねぎのみそ汁	かゆ 白身魚と三度豆の煮付け 玉ねぎのみそ汁	かゆ 白身魚と三度豆の煮付け 玉ねぎのみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 玉ねぎのお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツカクテル(ピーチ) 揚一番	◎りんごゼリー 離乳用菓子(ハイハイ)	◎りんごゼリー 離乳用菓子(ハイハイ)	おろしりんご
29(水)	昼食	ご飯 豚肉のしょうが炒め ブロッコリーと人参のポン酢和え 小松菜と麩のすまし汁	かゆ 豚ミンチと野菜あん 小松菜と麩のすまし汁	かゆ 豚ミンチと野菜あん 小松菜と麩のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚とブロッコリー煮 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ピザトースト	果物 ◎チーズパン(離乳用)	りんご ◎チーズパン(離乳用)	おろしりんご
30(木)	昼食	ご飯 高野豆腐の煮付け さつま芋のみそ汁	かゆ 豆腐の煮付け さつま芋のみそ汁	かゆ 豆腐の煮付け さつま芋のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のもみじ煮 さつま芋のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎やきそば	果物 ◎ニューメン(離乳用)	りんご ◎ニューメン(離乳用)	おろしりんご

※天候・材料等の都合により献立を変更する場合があります。 ◎印は手作りおやつです。
 ※幼児食、後期・完了食の果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類、その他季節に応じた果物(6月はメロン)を提供予定です。
 <初期> かゆはつぶしがゆです。 <中期> かゆは七分がゆです。 <後期・完了期> かゆは全がゆです。

