

2024年4月



## 離乳食だより【忍ヶ丘あおぞらこども園】



四條畷市役所こども政策課

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(月)	昼食	ご飯 野菜炒め(ビーフン入) 豆腐とワカメのみそ汁	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) 豆腐のみそ汁	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ワッフル(ブルーベリー)	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
2(火)	昼食	ご飯 ポークカレー 胡瓜とツナのサラダ(ごまドレ)	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 ◎きな粉蒸しパン	果物 ◎きな粉蒸しパン(離乳用)	りんご ◎きな粉蒸しパン(離乳用)	おろしりんご
3(水)	昼食	ご飯 ナゲット ブロッコリーサラダ(ポン酢) チンゲン菜のスープ	かゆ 豆腐と鶏ミンチ煮 チンゲン菜のスープ	かゆ 豆腐と鶏ミンチ煮 チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ 豆腐と野菜のすり流し チンゲン菜のスープ
	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
4(木)	昼食	ご飯 煮魚(さわら) 胡瓜の甘酢和え 小松菜と豆腐のみそ汁	かゆ 白身魚と人参煮 小松菜と豆腐のみそ汁	かゆ 白身魚と人参煮 小松菜と豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚のみみじ煮 小松菜と豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ごまクッキー	果物 ◎ごまクッキー(離乳用)	りんご ◎ごまクッキー(離乳用)	おろしりんご
5(金)	昼食	三色丼 ベビーチーズ ほうれん草と麩のすまし汁	鶏ミンチと三度豆のおじや ほうれん草と麩のすまし汁	鶏ミンチと三度豆のおじや ほうれん草と麩のすまし汁	白身魚入りがゆ ほうれん草のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎大学芋	果物 ◎いもあん	りんご ◎いもあん	おろしりんご
6(土)	昼食	味噌ラーメン 果物	豚ミンチのみそうどん 果物	豚ミンチのみそうどん 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	
8(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 豆腐のすり流し 大根のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎おにぎり(まぜごはん)	果物 ◎ごまおじや	りんご ◎ごまおじや	おろしりんご
9(火)	昼食	シーチキン炒飯 ゆでブロッコリー(マヨドレ) キャベツとコーンのスープ	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー キャベツのスープ	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー キャベツのスープ	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し キャベツのスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ウインナーパンケーキ(米粉)	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
10(水)	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のおかか和え 豆腐のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(チンゲン菜) 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(チンゲン菜) 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 野菜のつぶし煮(チンゲン菜) 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ジャムサンド(耳無し)	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
11(木)	昼食	青菜のごはん 野菜のみそだれかけ えのきのすまし汁	かゆ 野菜のみそ煮 玉ねぎのすまし汁	かゆ 野菜のみそ煮 玉ねぎのすまし汁	つぶしがゆ 豆腐のおろし煮 玉ねぎのお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツカクテル 揚一番	◎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
12(金)	昼食	ご飯 あじのフライ(カクテルソース) 春雨サラダ もやしとベーコンのスープ	かゆ 白身魚のケチャップあん チンゲン菜のスープ	かゆ 白身魚のケチャップあん チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ 白身魚と野菜あん チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎パウンドケーキ風	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
13(土)	昼食	わかめうどん 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(チンゲン菜) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン	
15(月)	昼食	ご飯 チキンカレー マカロニサラダ	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	お茶 ◎フルーチェ(ピーチ) 源氏パイ	◎りんごゼリー 離乳用菓子(せんべい)	◎りんごゼリー 離乳用菓子(せんべい)	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(火)	昼食	ご飯 ポークチャップ キャベツの和え物 麩とワカメのみそ汁	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 豆腐のみそ汁	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎卵の花クッキー	果物 ◎卵の花クッキー(離乳用)	りんご ◎卵の花クッキー(離乳用)	おろしりんご
17(水)	昼食	竹の子ご飯 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーと人参のポン酢和え 豆腐とねぎのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ココアカップケーキ(ホイップつき)	果物 ◎米粉のカップケーキ	りんご ◎米粉のカップケーキ	おろしりんご
18(木)	昼食	ご飯 さばのみそ煮 大根サラダ キャベツのすまし汁	かゆ 煮魚(みそ) 大根の和え物 キャベツのすまし汁	かゆ 煮魚(みそ) 大根の和え物 キャベツのすまし汁	つぶしがゆ 白身魚のおろし煮 キャベツのお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎きなこラスク	果物 ◎きな粉トースト(離乳用)	りんご ◎きな粉トースト(離乳用)	おろしりんご
19(金)	昼食	ご飯 八宝菜 豆腐のみそ汁	かゆ 八宝菜風 豆腐のみそ汁	かゆ 八宝菜風 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 野菜のつぶし煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎チーズ蒸しパン	果物 ◎チーズ蒸しパン(離乳用)	りんご ◎チーズ蒸しパン(離乳用)	おろしりんご
20(土)	昼食	イタリアンスパゲティー 果物	スパゲティーミート煮 果物	スパゲティーミート煮 りんご	クタクタスパゲティー 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	
22(月)	昼食	ご飯 かぼちゃ入りシチュー ブロッコリーと人参のサラダ	かゆ クリームシチュー風(かぼちゃ) ブロッコリーの和え物	かゆ クリームシチュー風(かぼちゃ) ブロッコリーの和え物	つぶしがゆ 野菜のクリーム煮(かぼちゃ) ブロッコリーの裏ごし おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎五平餅風	果物 ◎ごまおじや	りんご ◎ごまおじや	おろしりんご
23(火)	昼食	ご飯 焼き魚(さけ) ひじきの煮物(うすあげ) 白菜のみそ汁	かゆ 白身魚とひじき煮 白菜のみそ汁	かゆ 白身魚とひじき煮 白菜のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 白菜のお汁
	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
24(水)	昼食	ご飯 ミートボール もやしの和え物 チンゲン菜のスープ	かゆ 豚ミンチと野菜ソテー チンゲン菜のスープ	かゆ 豚ミンチと野菜ソテー チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 おいしいプリン(Ca+鉄) ハッピーターン	果物 離乳用菓子	りんご 離乳用菓子	おろしりんご
25(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 豆腐の煮つけ 青菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ 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 ◎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
26(金)	昼食	ご飯 焼き肉風 豆腐とワカメのすまし汁	かゆ 豚ミンチのみそ炒め煮 豆腐のすまし汁	かゆ 豚ミンチのみそ炒め煮 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ポテトグラタン(アスパラガス)	果物 ◎じゃが芋マッシュ	りんご ◎じゃが芋マッシュ	おろしりんご
27(土)	昼食	カレーうどん 果物	豚ミンチの五目うどん(チンゲン菜) 果物	豚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(チンゲン菜) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン	
30(火)	昼食	豚丼 ほうれん草のみそ汁	豚ミンチ入りおじや ほうれん草のみそ汁(豆腐)	豚ミンチ入りおじや ほうれん草のみそ汁(豆腐)	野菜のおじや ほうれん草のお汁(豆腐)
	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

※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。

