

2022年4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(金)	昼食	コーンピラフ ゆでブロッコリー(マヨドレ) チンゲン菜のスープ	鶏ミンチ入りおじや ブロッコリー(醤油和え) チンゲン菜のスープ	鶏ミンチ入りおじや ブロッコリー(醤油和え) チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ 白身魚とブロッコリーのすり流し チンゲン菜のスープ
	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
2(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(小松菜) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン	
4(月)	昼食	ご飯 ビーフカレー 胡瓜の甘酢和え	かゆ クリームシチュー風(魚) 胡瓜と人参サラダ	かゆ クリームシチュー風(魚) 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 ◎ホットケーキ	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
5(火)	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き もやしとわかめのナムル 小松菜と麩のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(たまねぎ) 小松菜のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(たまねぎ) 小松菜のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し 小松菜のお汁
	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
6(水)	昼食	ご飯 小海老のかき揚げ 切り干し大根の酢の物 豆腐としめじのみそ汁	かゆ 煮魚 切り干し大根の甘酢煮 さつま芋のみそ汁	かゆ 煮魚 切り干し大根の甘酢煮 さつま芋のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 さつま芋のお汁
	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(せんべい)	◎りんごのコンポート 離乳用菓子(せんべい)	おろしりんご
7(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 果物 ◎ワッフル(イチゴ)	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
8(金)	昼食	ご飯 豚肉のしょうが炒め キャベツのポン酢和え あげとワカメのみそ汁	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 キャベツの野菜あん 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎アメリカンドッグ	果物 ◎蒸し芋	りんご ◎蒸し芋	おろしりんご
9(土)	昼食	五目うどん 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	
11(月)	昼食	さげ炒飯 ブロッコリーサラダ じゃがいものスープ	白身魚のおじや ブロッコリー添え じゃがいものスープ	白身魚のおじや ブロッコリー添え じゃがいものスープ	白身魚入りがゆ ブロッコリーの裏ごし じゃがいものスープ
	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
12(火)	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 ◎チーズパン	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
13(水)	昼食	ご飯 ミートボール キャベツと人参のサラダ チンゲン菜とコーンのスープ	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 野菜スープ	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 野菜スープ	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 野菜スープ
	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
14(木)	昼食	ピビンバ えのきと玉ねぎのみそ汁	鶏ミンチとほうれん草のおじや 玉ねぎのみそ汁	鶏ミンチとほうれん草のおじや 玉ねぎのみそ汁	白身魚のほうれん草入りがゆ 玉ねぎのお汁
	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
15(金)	昼食	ご飯 さわらのみそ煮 小松菜のお浸し 豆腐としめじのすまし汁	かゆ 煮魚(みそ) 小松菜と人参の和えもの 豆腐のすまし汁	かゆ 煮魚(みそ) 小松菜と人参の和えもの 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 煮魚(小松菜) 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



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(土)	昼食	イタリアンスパゲティ 果物	スパゲティミート煮 果物 	スパゲティミート煮 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 	
18(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 おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツポンチ 揚一番	◎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)	
19(火)	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 おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎蒸しパン	果物 ◎蒸しパン(離乳用)	りんご ◎蒸しパン(離乳用)	
20(水)	昼食	竹の子ご飯 鶏肉の唐揚げ もやしのボン酢和え 麩とねぎのすまし汁 	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー 玉ねぎのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー 玉ねぎのすまし汁	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 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
21(木)	昼食	ご飯 焼き魚(さば) ひじきの煮物(うすあげ) 白菜とえのきのみそ汁	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 白身魚のみみじ煮 白菜のお汁(たまねぎ)
	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
22(金)	昼食	ご飯 ミートローフ 胡瓜とツナのサラダ(ごまドレ) キャベツとしめじのスープ	かゆ ハンバーグ(離乳用) 人参添え キャベツのスープ 	かゆ ハンバーグ(離乳用) 人参添え キャベツのスープ	白身魚入りがゆ キャベツのスープ 
	午後おやつ	牛乳 ◎ぶどうゼリー カルシウムせん 	◎りんごゼリー かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	◎りんごゼリー かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	おろしりんご
23(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	
25(月)	昼食	ご飯 クリームシチュー キャベツの和え物	かゆ クリームシチュー風(鶏) キャベツの和え物	かゆ クリームシチュー風(鶏) キャベツの和え物	つぶしがゆ クリームシチュー風(魚) キャベツの裏ごし 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	
26(火)	昼食	ご飯 筑前煮 豆腐と小松菜のみそ汁	かゆ 筑前煮風 豆腐と小松菜のみそ汁	かゆ 筑前煮風 豆腐と小松菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のすり流し 小松菜のお汁 おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎チーズボール 	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)	
27(水)	昼食	ご飯 あじのフライ(カテルソース) 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 じゃがいものスープ	かゆ 白身魚のケチャップあん じゃがいものスープ	つぶしがゆ 白身魚と野菜あん じゃがいものスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 おいしいプリン(Ca+鉄) ラムネ菓子	果物 ◎りんごゼリー	りんご ◎りんごゼリー 	おろしりんご
28(木)	昼食	ご飯 焼き肉風 ほうれん草のすまし汁 	かゆ 豚ミンチのみそ炒め煮 ほうれん草のすまし汁	かゆ 豚ミンチのみそ炒め煮 ほうれん草のすまし汁 	つぶしがゆ 野菜のつぶし煮 ほうれん草のお汁(豆腐) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎キャロットクッキー	果物 ◎キャロットクッキー(離乳用)	りんご ◎キャロットクッキー(離乳用)	
30(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	

※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。

