

2022年5月

離乳食だより

忍ヶ丘あおぞらこども園

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)
2(月)	昼食	鶏丼 三度豆のごまマヨあえ あげとしめじのみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜煮 豆腐のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜煮 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎みかん入りゼリー 	◎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
6(金)	昼食	ハヤシライス ブロッコリーサラダ(柑橘ドレッシング)	ケチャップおじや ブロッコリーの和え物	ケチャップおじや ブロッコリーの和え物	白身魚入りがゆ 
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎スイートポテト	果物 ◎スイートポテト(離乳用)	りんご ◎スイートポテト(離乳用)	おろしりんご
7(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(チンゲンサイ) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン 	
9(月)	昼食	ドライカレー チンゲン菜のスープ	豚ミンチ入りおじや チンゲン菜のスープ	豚ミンチ入りおじや チンゲン菜のスープ	白身魚入りがゆ チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 源氏パイ	果物 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
10(火) 消毒日	昼食	芋おじや 	芋おじや	芋おじや	芋おじや
	午後おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	
11(水)	昼食	ご飯 高野豆腐の煮物 白菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ(三度豆) 白菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ(三度豆) 白菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のすり流し 白菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ココア蒸しパン	果物 ◎蒸しパン(離乳用)	りんご ◎蒸しパン(離乳用)	おろしりんご
12(木)	昼食	ご飯 鶏肉の竜田揚げ もやしのごま和え 小松菜と麩のみそ汁	かゆ ささ身ミンチと野菜ソテー(醤油) 小松菜と麩のみそ汁	かゆ ささ身ミンチと野菜ソテー(醤油) 小松菜と麩のみそ汁 	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 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
13(金)	昼食	豆ごはん 焼き魚(さけ) ごぼうのきんぴら しめじとワカメのすまし汁	豆のおかゆ 白身魚とじゃが芋煮  豆腐のすまし汁	豆のおかゆ 白身魚とじゃが芋煮 豆腐のすまし汁	豆のおかゆ 白身魚とじゃが芋煮 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
14(土)	昼食	ミートスパゲティー 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(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	
16(月)	昼食	ご飯 クリームシチュー(アスパラ) 和風ツナサラダ	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	牛乳 果物 ◎大根餅	果物 ◎大根餅(離乳用)	りんご ◎大根餅(離乳用)	おろしりんご
17(火)	昼食	ご飯 豚肉と茄子の炒め物(チンゲン菜) 胡瓜とパプリカの甘酢和え えのきのすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 チンゲン菜のすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 チンゲン菜のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 チンゲン菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎カレーパン 	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
18(水)	昼食	ご飯 鮭のノルウェー風  もやしと人参の和え物 キャベツのみそ汁	かゆ 白身魚のケチャップあん キャベツのみそ汁	かゆ 白身魚のケチャップあん キャベツのみそ汁 	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 キャベツのお汁
	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)
19(木)	昼食	マーボー丼 コーンとワカメのサラダ 白菜のすまし汁	かゆ 炒りみそ豆腐 白菜のすまし汁	かゆ 炒りみそ豆腐 白菜のすまし汁	つぶしがゆ 豆腐と野菜あん 白菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎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
20(金)	昼食	ご飯 厚揚げの煮付け そうめんと青葱のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ そうめんのみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ そうめんのみそ汁	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 ◎いもあん	果物 ◎いもあん	りんご ◎いもあん	おろしりんご
21(土)	昼食	焼き烏うどん 果物	ささみミンチの五目うどん 果物	ささみミンチの五目うどん りんご	クタクタうどん 野菜の吉野煮(チンゲンサイ) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン	
23(月)	昼食	ベーコン炒飯 ゆでブロッコリー(ぼん酢) クリームスープ	かゆ 豚ミンチとブロッコリーのソテー ミルクスープ	かゆ 豚ミンチとブロッコリーのソテー ミルクスープ	つぶしがゆ 野菜のつぶし煮(ブロッコリー) ミルクスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ぶどうゼリー	果物 ◎りんごゼリー	りんご ◎りんごゼリー	おろしりんご
24(火)	昼食	ご飯 ポークカレー 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 クリームシチュー風 胡瓜の裏ごし
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツヨーグルト 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)	おろしりんご
25(水)	昼食	ご飯 ササミカツ キャベツとツナの和え物 コーンと玉ねぎのスープ	かゆ 鶏ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 玉ねぎのスープ	かゆ 鶏ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 玉ねぎのスープ	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 玉ねぎのスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ホットケーキ(ホイップ付き)	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(木)	昼食	ご飯 煮魚(いとより鯛) 白菜のおかか和え さつま芋のみそ汁	かゆ 白身魚と白菜煮 さつま芋のみそ汁	かゆ 白身魚と白菜煮 さつま芋のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と白菜煮 さつま芋のお汁
	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
27(金)	昼食	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き 胡瓜の甘酢和え 小松菜のみそ汁	鶏ミンチ入りおじや 胡瓜の甘酢和え 小松菜のみそ汁	鶏ミンチ入りおじや 胡瓜の甘酢和え 小松菜のみそ汁	白身魚入りがゆ 胡瓜の裏ごし 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ドーナツ	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
28(土)	昼食	チャンポン 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	
30(月)	昼食	ふりかけご飯 肉じゃが 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 肉じゃが 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 肉じゃが 大根と豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐とじゃが芋のつぶし煮 大根のお汁
	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
31(火)	昼食	ご飯 ポークチャップ 春雨サラダ チンゲン菜のスープ	かゆ 豚ミンチと野菜のケチャップソテー 春雨スープ	かゆ 豚ミンチと野菜のケチャップソテー 春雨スープ	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 ◎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

※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。



2022年5月

離乳食だより

岡部保育所

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)
2(月)	昼食	鶏丼 三度豆のごまマヨあえ あげとしめじのみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜煮 豆腐のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜煮 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎みかん入りゼリー 	◎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
6(金)	昼食	ハヤシライス ブロッコリーサラダ(柑橘ドレッシング)	ケチャップおじや ブロッコリーの和え物	ケチャップおじや ブロッコリーの和え物	白身魚入りがゆ 
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎スイートポテト	果物 ◎スイートポテト(離乳用)	りんご ◎スイートポテト(離乳用)	おろしりんご
7(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(チンゲンサイ) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン 	
9(月)	昼食	ドライカレー チンゲン菜のスープ	豚ミンチ入りおじや チンゲン菜のスープ	豚ミンチ入りおじや チンゲン菜のスープ	白身魚入りがゆ チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 源氏パイ 	果物 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
10(火)	昼食	ご飯 焼き肉風 ほうれん草とえのきのすまし汁 	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)
	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)	おろしりんご
11(水)	昼食	ご飯 高野豆腐の煮物 白菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ(三度豆) 白菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ(三度豆) 白菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のすり流し 白菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ココア蒸しパン	果物 ◎蒸しパン(離乳用)	りんご ◎蒸しパン(離乳用)	おろしりんご
12(木)	昼食	ご飯 鶏肉の竜田揚げ もやしのごま和え 小松菜と麩のみそ汁	かゆ ささ身ミンチと野菜ソテー(醤油) 小松菜と麩のみそ汁	かゆ ささ身ミンチと野菜ソテー(醤油) 小松菜と麩のみそ汁 	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 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
13(金)	昼食	豆ごはん 焼き魚(さけ) ごぼうのきんぴら しめじとワカメのすまし汁 	豆のおかゆ 白身魚とじゃが芋煮 豆腐のすまし汁 	豆のおかゆ 白身魚とじゃが芋煮 豆腐のすまし汁	豆のおかゆ 白身魚とじゃが芋煮 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
14(土)	昼食	ミートスパゲティー 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(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	
16(月)	昼食	ご飯 クリームシチュー(アスパラ) 和風ツナサラダ	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 
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎大根餅	果物 ◎大根餅(離乳用)	りんご ◎大根餅(離乳用)	おろしりんご
17(火)	昼食	ご飯 豚肉と茄子の炒め物(チンゲン菜) 胡瓜とパプリカの甘酢和え えのきのすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 チンゲン菜のすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 チンゲン菜のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 チンゲン菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎カレーパン	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
18(水)	昼食	ご飯 鮭のノルウェー風  もやしと人参の和え物 キャベツのみそ汁	かゆ 白身魚のケチャップあん キャベツのみそ汁	かゆ 白身魚のケチャップあん キャベツのみそ汁 	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 キャベツのお汁
	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)
19(木)	昼食	マーボー丼 コーンとワカメのサラダ 白菜のすまし汁	かゆ 炒りみそ豆腐 白菜のすまし汁	かゆ 炒りみそ豆腐 白菜のすまし汁	つぶしがゆ 豆腐と野菜あん 白菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎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
20(金)	昼食	ご飯 厚揚げの煮付け そうめんと青葱のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ そうめんのみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ そうめんのみそ汁	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 ◎いもあん	果物 ◎いもあん	りんご ◎いもあん	おろしりんご
21(土)	昼食	焼き烏うどん 果物	ささみミンチの五目うどん 果物	ささみミンチの五目うどん りんご	クタクタうどん 野菜の吉野煮(チンゲンサイ) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン	
23(月)	昼食	ベーコン炒飯 ゆでブロッコリー(ぼん酢) クリームスープ	かゆ 豚ミンチとブロッコリーのソテー ミルクスープ	かゆ 豚ミンチとブロッコリーのソテー ミルクスープ	つぶしがゆ 野菜のつぶし煮(ブロッコリー) ミルクスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ぶどうゼリー	果物 ◎りんごゼリー	りんご ◎りんごゼリー	おろしりんご
24(火)	昼食	ご飯 ポークカレー 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 クリームシチュー風 胡瓜の裏ごし
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツヨーグルト 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)	おろしりんご
25(水)	昼食	ご飯 ササミカツ キャベツとツナの和え物 コーンと玉ねぎのスープ	かゆ 鶏ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 玉ねぎのスープ	かゆ 鶏ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 玉ねぎのスープ	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 玉ねぎのスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ホットケーキ(ホイップ付き)	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(木)	昼食	ご飯 煮魚(いとより鯛) 白菜のおかか和え さつま芋のみそ汁	かゆ 白身魚と白菜煮 さつま芋のみそ汁	かゆ 白身魚と白菜煮 さつま芋のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と白菜煮 さつま芋のお汁
	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
27(金)	昼食	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き 胡瓜の甘酢和え 小松菜のみそ汁	鶏ミンチ入りおじや 胡瓜の甘酢和え 小松菜のみそ汁	鶏ミンチ入りおじや 胡瓜の甘酢和え 小松菜のみそ汁	白身魚入りがゆ 胡瓜の裏ごし 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ドーナツ	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
28(土)	昼食	チャンポン 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	
30(月)	昼食	ふりかけご飯 肉じゃが 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 肉じゃが 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 肉じゃが 大根と豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐とじゃが芋のつぶし煮 大根のお汁
	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
31(火)	昼食	ご飯 ポークチャップ 春雨サラダ チンゲン菜のスープ	かゆ 豚ミンチと野菜のケチャップソテー 春雨スープ	かゆ 豚ミンチと野菜のケチャップソテー 春雨スープ	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 ◎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

※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。

