

2023年2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)
1(水)	昼食	ご飯 野菜炒め(ピーマン入) 豆腐とえのきのみそ汁	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー 豆腐のみそ汁	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜あん(キャベツ) 豆腐のお汁
	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 
2(木)	昼食	鶏丼 大根サラダ チンゲン菜のスープ	かゆ 鶏ミンチと大根煮 チンゲン菜のスープ	かゆ 鶏ミンチと大根煮 チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ 白身魚のおろし煮 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
3(金)	昼食	ご飯 いわし団子のケチャップ和え 三度豆のごま和え 豆腐とワカメのみそ汁	かゆ 白身魚のケチャップ煮(たまねぎ) 豆腐と青菜のみそ汁	かゆ 白身魚のケチャップ煮(たまねぎ) 豆腐と青菜のみそ汁 	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 豆腐と青菜のお汁
	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
4(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	
6(月)	昼食	ご飯 ポークカレー キャベツコーンサラダ	かゆ クリームシチュー風(鶏) キャベツサラダ	かゆ クリームシチュー風(鶏) キャベツサラダ	つぶしがゆ 野菜のクリーム煮 キャベツの裏ごし
	午後おやつ	お茶 果物 ◎煮こみうどん 	果物 ◎煮こみうどん(離乳用)	りんご ◎煮こみうどん(離乳用)	おろしりんご
7(火)	昼食	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き 胡瓜の甘酢和え ほうれん草のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) ほうれん草のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) ほうれん草のすまし汁 	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 ほうれん草のお汁(豆腐)
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎大学芋	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
8(水)	昼食	ゆかりご飯 おでん 白菜とえのきのみそ汁	かゆ 煮こみおでん  白菜のみそ汁	かゆ 煮こみおでん 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 ◎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
9(木)	昼食	ご飯 さばのみそ煮 切干大根の酢の物 小松菜と麩のすまし汁	かゆ 煮魚(みそ) 切り干し大根の甘酢煮 小松菜と麩のすまし汁	かゆ 煮魚(みそ) 切り干し大根の甘酢煮 小松菜と麩のすまし汁	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 ◎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
10(金)	昼食	ご飯 豚肉のしょうが炒め キャベツと人参のサラダ 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	お茶 りんご ◎青菜のおにぎり	りんご ◎ごまおじゃ	りんご ◎ごまおじゃ	おろしりんご
13(月)	昼食	ベーコン炒飯 ゆでブロッコリー(ぼん酢) コーンのクリームスープ	かゆ 豚ミンチと野菜のクリーム煮 チンゲン菜のスープ	かゆ 豚ミンチと野菜のクリーム煮 チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ クリーム煮(ブロッコリー) チンゲン菜のスープ
	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)	おろしりんご 
14(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



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)
15(水)	昼食	ご飯 鶏肉の唐揚げタレづけ もやしのポン酢和え 豆腐とワカメのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 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
16(木)	昼食	ご飯 焼き魚(さけ) じゃが芋のきんぴら 青菜とあげのみそ汁	かゆ 白身魚とじゃが芋煮 青菜のみそ汁	かゆ 白身魚とじゃが芋煮 青菜のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とじゃが芋煮 青菜のお汁
	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
17(金)	昼食	ご飯 豚肉のホイコーロー風 中華スープ	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) 玉ねぎのスープ	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) 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 ◎簡単ドリア	果物 ◎柔らかドリア	りんご ◎柔らかドリア	おろしりんご
18(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	
20(月)	昼食	ケチャップライス ブロッコリーサラダ(ごまドレ) チンゲン菜のスープ	ケチャップおじや ブロッコリー(醤油和え) チンゲン菜のスープ	ケチャップおじや ブロッコリー(醤油和え) チンゲン菜のスープ	白身魚とブロッコリーのおかゆ 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
21(火)	昼食	ご飯 煮魚(さば) 小松菜のお浸し あげとしめじのみそ汁	かゆ 白身魚と小松菜煮 豆腐のみそ汁	かゆ 白身魚と小松菜煮 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 煮魚(小松菜) 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎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
22(水)	昼食	ご飯 ササミカツ キャベツの甘酢和え えのきのすまし汁	かゆ 鶏ミンチとキャベツソテー 玉ねぎのスープ	かゆ 鶏ミンチとキャベツソテー 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 ◎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
24(金)	昼食	ご飯 厚揚げの煮付け そうめんのみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ そうめんのみそ汁	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 ◎ドーナツ	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
25(土)	昼食	あんかけうどん 果物	鶏ミンチのあんかけうどん 果物	鶏ミンチのあんかけうどん 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	
27(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 胡瓜の裹ごし
	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
28(火)	昼食	ご飯 豆腐ハンバーグ もやしと人参の和え物 キャベツのみそ汁	かゆ 豆腐ハンバーグ風 人参添え キャベツのみそ汁	かゆ 豆腐ハンバーグ風 人参添え キャベツのみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のすり流し キャベツのお汁
	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

※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。

