

2023年5月



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(月)	昼食	ご飯 高野豆腐の煮物 さつま芋のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ(三度豆) さつま芋のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ(三度豆) さつま芋のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のすり流し さつま芋のお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎みかん入りゼリー 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
2(火)	昼食	鶏丼 もやしのごま和え 豆腐としめじのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) 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 ぱりんこ	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
6(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	
8(月)	昼食	ドライカレー キャベツのスープ	豚ミンチ入りおじや キャベツのスープ	豚ミンチ入りおじや 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 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
9(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	
10(水)	昼食	ご飯 鶏肉の竜田揚げ 胡瓜の甘酢和え 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
11(木)	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) チンゲン菜のスープ	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) チンゲン菜のスープ	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 ◎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
12(金)	昼食	豆ごはん 焼き魚(さわら) ごぼうのきんぴら えのきのすまし汁	豆のおかゆ 白身魚と人参煮 豆腐のすまし汁	豆のおかゆ 白身魚と人参煮 豆腐のすまし汁	豆のおかゆ 白身魚のもみじ煮 豆腐のお汁
	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
13(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	
15(月)	昼食	ご飯 クリームシチュー(アスパラ) 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 胡瓜の裹ごし
	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
16(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 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー 大根と豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 大根と豆腐のお汁
	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
17(水)	昼食	ご飯 鮭のノルウェー風 三度豆のごま和え キャベツのすまし汁	かゆ 白身魚のケチャップあん キャベツのすまし汁	かゆ 白身魚のケチャップあん キャベツのすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 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
18(木)	昼食	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草のみそ汁	かゆ すき焼き風煮 ほうれん草のみそ汁	かゆ すき焼き風煮 ほうれん草のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐の白菜煮 ほうれん草のお汁
	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



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(金)	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
20(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	
22(月)	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 胡瓜の裹ごし
	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
23(火)	昼食	ご飯 さばのみそ煮 白菜と人参のナムル 豆腐とねぎのすまし汁	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 ◎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
24(水)	昼食	ご飯 ミートローフ ポテトサラダ キャベツとしめじのスープ	かゆ ハンバーグ(離乳用) マッシュポテト キャベツのスープ	かゆ ハンバーグ(離乳用) マッシュポテト キャベツのスープ	つぶしがゆ 白身魚とじゃが芋煮 キャベツのスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎いちごホイップクレープ	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
25(木)	昼食	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き もやしと人参の和え物 小松菜のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(たまねぎ) 小松菜のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(たまねぎ) 小松菜のみそ汁	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 ◎いもあん	果物 ◎いもあん	りんご ◎いもあん	おろしりんご
26(金)	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 ◎ドーナツ	◎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
27(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	
29(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
30(火)	昼食	ゆかりご飯 豚じゃが 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 豚じゃが 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 豚じゃが 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 ◎クッキー(油)	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
31(水)	昼食	ご飯 豚肉と茄子の炒め物 胡瓜とパプリカの甘酢和え しめじとワカメのすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 小松菜のすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 小松菜のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 小松菜のお汁
	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

※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。



2023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)
1(月)	昼食	ご飯 高野豆腐の煮物 さつま芋のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ(三度豆) さつま芋のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ(三度豆) さつま芋のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のすり流し さつま芋のお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎みかん入りゼリー 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
2(火)	昼食	鶏丼 もやしのごま和え 豆腐としめじのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) 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 ぱりんこ	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
6(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	
8(月)	昼食	ドライカレー キャベツのスープ	豚ミンチ入りおじや キャベツのスープ	豚ミンチ入りおじや 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 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
9(火)	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 ◎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
10(水)	昼食	ご飯 鶏肉の竜田揚げ 胡瓜の甘酢和え 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
11(木)	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) チンゲン菜のスープ	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) チンゲン菜のスープ	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 ◎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
12(金)	昼食	豆ごはん 焼き魚(さわら) ごぼうのきんぴら えのきのすまし汁	豆のおかゆ 白身魚と人参煮 豆腐のすまし汁	豆のおかゆ 白身魚と人参煮 豆腐のすまし汁	豆のおかゆ 白身魚のもみじ煮 豆腐のお汁
	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
13(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	
15(月)	昼食	ご飯 クリームシチュー(アスパラ) 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 ◎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
16(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 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー 大根と豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 大根と豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ビザトースト	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
17(水)	昼食	ご飯 鮭のノルウェー風 三度豆のごま和え キャベツのすまし汁	かゆ 白身魚のケチャップあん キャベツのすまし汁	かゆ 白身魚のケチャップあん キャベツのすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 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
18(木)	昼食	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草のみそ汁	かゆ すき焼き風煮 ほうれん草のみそ汁	かゆ すき焼き風煮 ほうれん草のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐の白菜煮 ほうれん草のお汁
	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



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(金)	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
20(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	
22(月)	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 
	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
23(火)	昼食	ご飯 さばのみそ煮  白菜と人参のナムル 豆腐とねぎのすまし汁	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 ◎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
24(水)	昼食	ご飯 ミートローフ ポテトサラダ キャベツとしめじのスープ	かゆ ハンバーグ(離乳用) マッシュポテト  キャベツのスープ	かゆ ハンバーグ(離乳用) マッシュポテト キャベツのスープ	つぶしがゆ 白身魚とじゃが芋煮 キャベツのスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎いちごホイップクレープ	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
25(木)	昼食	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き もやしと人参の和え物 小松菜のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(たまねぎ) 小松菜のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(たまねぎ) 小松菜のみそ汁	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 ◎いもあん	果物 ◎いもあん	りんご ◎いもあん 	おろしりんご
26(金)	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 ◎ドーナツ	◎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
27(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	
29(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
30(火)	昼食	ゆかりご飯 豚じゃが 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 豚じゃが 大根と豆腐のみそ汁	かゆ 豚じゃが 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 ◎クッキー(油)	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
31(水)	昼食	ご飯 豚肉と茄子の炒め物 胡瓜とパプリカの甘酢和え しめじとワカメのすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮  小松菜のすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 小松菜のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 小松菜のお汁
	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

※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。

