

2023年11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(水)	昼食	ご飯 八宝菜(キャベツ) 切干大根のみそ汁 	かゆ 八宝菜風(キャベツ) 切干大根のみそ汁	かゆ 八宝菜風(キャベツ) 切干大根のみそ汁	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 ぱりんこ	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
2(木)	昼食	芋おじや(消毒日)	芋おじや(消毒日)	芋おじや(消毒日)	芋おじや(消毒日) 
	午後おやつ	牛乳 お菓子(バウムクーヘン)	離乳用菓子(せんべい)	離乳用菓子(せんべい)	
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 ボークカレー キャベツマヨサラダ 	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 クリームシチュー風 キャベツの裏ごし
	午後おやつ	牛乳 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 鶏肉の唐揚げ もやしと人参の和え物 チンゲン菜のスープ 	かゆ 豚ミンチと野菜ソテー(醤油) チンゲン菜のスープ	かゆ 豚ミンチと野菜ソテー(醤油) チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎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
8(水)	昼食	ご飯 豆腐ハンバーグ 切干大根の酢の物 小松菜のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(ケチャップ) 小松菜のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(ケチャップ) 小松菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のみみじ煮 胡瓜の裏ごし 小松菜のお汁 
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツヨーグルト 揚一番 	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(木)	昼食	ご飯 鮭ときのこの野菜あん 麩とねぎのお吸い物	かゆ 白身魚と野菜あん 豆腐のすまし汁	かゆ 白身魚と野菜あん 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜あん 豆腐のお汁
	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
10(金)	昼食	まぜ込みご飯 豚じゃが ほうれん草とあげのみそ汁	かゆ 豚じゃが ほうれん草のみそ汁(豆腐)	かゆ 豚じゃが  ほうれん草のみそ汁(豆腐)	つぶしがゆ 白身魚とじゃが芋のつぶし煮 ほうれん草のお汁(豆腐)
	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
11(土)	昼食	肉うどん  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	
13(月)	昼食	鶏炒飯 ゆでブロッコリー(ごまドレ) コーンポタージュ	鶏ミンチ入りおじや  ゆでブロッコリー ミルクスープ	鶏ミンチ入りおじや ゆでブロッコリー ミルクスープ	白身魚入りがゆ ブロッコリーの裏ごし ミルクスープ
	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
14(火)	昼食	ご飯 豚肉のホイコーロー風 中華スープ	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー 春雨スープ	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー 春雨スープ	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 ◎ケチャップドリア 	果物 ◎柔らかドリア	りんご ◎柔らかドリア	おろしりんご
15(水)	昼食	ご飯 あじの竜田揚げ もやしサラダ 豚汁	かゆ 白身魚と野菜あん 豆腐と大根のみそ汁	かゆ 白身魚と野菜あん 豆腐と大根のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し 豆腐と大根のお汁
	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



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(木)	昼食	ゆかりご飯 おでん 小松菜としめじのみそ汁	かゆ 煮こみおでん 小松菜のみそ汁	かゆ 煮こみおでん 小松菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のおろし煮 小松菜のお汁
	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
17(金)	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のポン酢和え 豆腐とねぎのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(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 ◎おはぎ風(きなこ)	果物 ◎麩のきな粉ミルク煮	りんご ◎麩のきな粉ミルク煮	おろしりんご
18(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(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	
20(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
21(火)	昼食	ご飯 煮魚(さば) もやしとわかめのナムル けんちん汁	かゆ 白身魚と小松菜煮 けんちん汁	かゆ 白身魚と小松菜煮 けんちん汁	つぶしがゆ 煮魚(小松菜) 豆腐と大根のお汁
	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
22(水)	昼食	ご飯 ササミカツ キャベツの甘酢和え 玉ねぎとしめじのスープ	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー キャベツのスープ	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー キャベツのスープ	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 キャベツのスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ココアケーキ(ホイップつき)	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
24(金)	昼食	ご飯 野菜炒め(ピーマン入) 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 ◎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
25(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(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	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 ◎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
28(火)	昼食	ご飯 豆腐の肉あんかけ さつま芋のみそ汁	かゆ 豆腐の肉あんかけ さつま芋のみそ汁	かゆ 豆腐の肉あんかけ さつま芋のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐と野菜煮 さつま芋のお汁
	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
29(水)	昼食	ご飯 チキンカレーニエル ブロッコリーと人参のポン酢和え コーンのクリームスープ	かゆ 鶏ミンチとブロッコリーのソテー ミルクスープ	かゆ 鶏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 白身魚と野菜のすり流し ミルクスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ハッピーターン	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
30(木)	昼食	ご飯 豚肉と茄子の炒め物 キャベツのすまし汁	かゆ なすと豚ミンチ煮 キャベツのすまし汁	かゆ なすと豚ミンチ煮 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 ◎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

※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。

