

2024年7月



離乳食だより



四條市役所こども政策課

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 夏野菜カレー 胡瓜の甘酢和え	かゆ クリームシチュー風(かぼちゃ) 胡瓜と人参サラダ	かゆ クリームシチュー風(かぼちゃ) 胡瓜と人参サラダ	つぶしがゆ 野菜のクリーム煮(かぼちゃ) 胡瓜の裏ごし
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツカクテル(メロン) 揚一番	◎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
2(火)	昼食	ご飯 さばのみそ煮 白菜と人参のナムル 小松菜とえのきのすまし汁	かゆ 煮魚 白菜と人参の和えもの 小松菜のすまし汁	かゆ 煮魚 白菜と人参の和えもの 小松菜のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と白菜煮 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
3(水)	昼食	ご飯 豆腐ハンバーグ 三度豆のごま和え そうめんとう葱のみそ汁	かゆ 豆腐と鶏ミンチ煮 そうめんのみそ汁	かゆ 豆腐と鶏ミンチ煮 そうめんのみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のもみじ煮 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 豆乳プリン ハッピーターン	果物 離乳用菓子(せんべい)	りんご 離乳用菓子(せんべい)	おろしりんご
4(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)
	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
5(金)	昼食	七夕ピラフ 春雨スープ スイカ	鶏ミンチ入りおじや 春雨スープ	鶏ミンチ入りおじや 春雨スープ	白身魚入りがゆ チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 国産野菜ゼリー ◎きなこクッキー	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
6(土)	昼食	チャンポン(干し椎茸) 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	
8(月)	昼食	ご飯 クリームシチュー(えび) 胡瓜とツナのサラダ(ポン酢)	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(じゃがいも) 胡瓜の裏ごし
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ひじきのおやき	果物 ◎ごまおじや	りんご ◎ごまおじや	おろしりんご
9(火)	昼食	ご飯 なすのコロッケ 大根の醤油和え キャベツとしめじのスープ	かゆ なすと豚ミンチ煮 キャベツのスープ	かゆ なすと豚ミンチ煮 キャベツのスープ	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 キャベツのスープ
	午後おやつ	牛乳 ◎みかん入りゼリー ぱりんこ	◎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
10(水)	昼食	ゆかりご飯 かぼちゃと豚肉の煮物 ワカメのみそ汁	かゆ かぼちゃと豚ミンチの煮物 玉ねぎのみそ汁	かゆ かぼちゃと豚ミンチの煮物 玉ねぎのみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とかぼちゃのつぶし煮 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
11(木)	昼食	ご飯 さばのチーズパン粉焼き ブロッコリーと人参のポン酢和え チンゲン菜とコーンのスープ	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー チンゲン菜のスープ	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー 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 ◎そうめん	◎りんごのコンポート かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	◎りんごのコンポート かぼちゃポーロ(卵・乳不使用)	おろしりんご
12(金)	昼食	ご飯 鶏肉の野菜炒め 豆腐とワカメのみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(キャベツ) 豆腐のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(キャベツ) 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐とキャベツ煮 玉ねぎのお汁
	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
13(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	
16(火)	昼食	ハヤシライス キャベツのドレッシング和え	ケチャップおじや キャベツの和え物	ケチャップおじや キャベツの和え物	白身魚入りがゆ キャベツの裏ごし
	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)
17(水)	昼食	ご飯 ナゲット ブロッコリーサラダ(ポン酢) チンゲン菜のスープ	かゆ 豆腐と鶏ミンチ煮 チンゲン菜のスープ	かゆ 豆腐と鶏ミンチ煮 チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ 豆腐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 メロン ◎ココアカップケーキ(ホイップつき)	メロン ◎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
18(木)	昼食	ご飯 煮魚(さわら) 切干大根の酢の物 豚汁(さといも)	かゆ 煮魚 切り干し大根の甘酢煮 豆腐のみそ汁	かゆ 煮魚 切り干し大根の甘酢煮 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 豆腐のお汁
	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
19(金)	昼食	ご飯 厚揚げとなすのみそ炒め 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 豆腐と野菜あん キャベツのお汁
	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
20(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	
22(月)	昼食	豚丼 小松菜と麩のすまし汁	豚ミンチ入りおじや 小松菜と麩のすまし汁	豚ミンチ入りおじや 小松菜と麩のすまし汁	白身魚入りがゆ 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎開口笑(カイコウショウ)	果物 ◎ホットケーキ(小麦粉)	りんご ◎ホットケーキ(小麦粉)	おろしりんご
23(火)	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のおかか和え 白菜としめじのみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(チンゲン菜) 白菜のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(チンゲン菜) 白菜のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とチンゲン菜煮 白菜のお汁(たまねぎ)
	午後おやつ	牛乳 果物 カルシウムせん	果物 ◎りんごゼリー	りんご ◎りんごゼリー	おろしりんご
24(水)	昼食	ご飯 あじの竜田揚げ キャベツの甘酢和え 豆腐のみそ汁	かゆ 白身魚とキャベツ煮 豆腐のみそ汁	かゆ 白身魚とキャベツ煮 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	お茶 果物 ◎梅こんぶおにぎり	果物 ◎ごまおじや	りんご ◎ごまおじや	おろしりんご
25(木)	昼食	ご飯 マーボー豆腐 コーンとワカメのサラダ えのきのすまし汁	かゆ 炒りみそ豆腐 チンゲン菜のスープ	かゆ 炒りみそ豆腐 チンゲン菜のスープ	つぶしがゆ 豆腐のすり流し 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
26(金)	昼食	ご飯 牛肉と大根のふろふき ほうれん草のみそ汁	かゆ ミンチと大根のふろふき ほうれん草のみそ汁	かゆ ミンチと大根のふろふき ほうれん草のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚のおろし煮 ほうれん草のお汁(玉ねぎ)
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎スイートパンプキン	果物 ◎かぼちゃマッシュ	りんご ◎かぼちゃマッシュ	おろしりんご
27(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	ご飯 チキンカレー ブロッコリーサラダ(ごまドレ)	かゆ クリームシチュー風(鶏) ブロッコリーの和え物	かゆ クリームシチュー風(鶏) ブロッコリーの和え物	つぶしがゆ 野菜のクリーム煮(じゃがいも) ブロッコリーの裹ごし
	午後おやつ	牛乳 ◎ぶどうゼリー まがりせんべい	◎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
30(火)	昼食	ご飯 焼き魚(さけ) ごぼうのきんぴら 白菜のみそ汁	かゆ 白身魚と人参煮 白菜のみそ汁	かゆ 白身魚と人参煮 白菜のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 白菜のお汁(たまねぎ)
	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
31(水)	昼食	まぜ込みご飯 豚じゃが 小松菜のみそ汁	かゆ 豚じゃが 小松菜のみそ汁	かゆ 豚じゃが 小松菜のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とじゃが芋煮 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 スイカ ◎卵の花クッキー	スイカ ◎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、その他季節に応じた果物(7月はメロン、スイカ)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。

