

2025年3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(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	
3(月) ひなまつり 	昼食	ちらし寿司(鮭) 小松菜のお吸い物(かまぼこ) 果物ゼリー(もも)	かゆ 白身魚と三度豆の煮つけ 小松菜のすまし汁	かゆ 白身魚と三度豆の煮つけ 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 ◎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
4(火)	昼食	ご飯 さわらのカレーニエル 春雨サラダ チンゲン菜のスープ	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) チンゲン菜のスープ	かゆ 鶏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 白身魚のもみじ煮 チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎蒸し芋(小) 豆乳プリン	果物 ◎蒸し芋 	りんご ◎蒸し芋	おろしりんご
5(水) お別れ会	昼食	赤飯 エビフライ ブロッコリーとツナのサラダ キャベツのすまし汁	かゆ 煮魚 ブロッコリーの和え物 キャベツのすまし汁	かゆ 煮魚 ブロッコリーの和え物 キャベツのすまし汁 	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し キャベツのお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎みかんとホイップのケーキ	りんご ◎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
6(木)	昼食	ご飯 豚肉の野菜炒め けんちん汁(豆腐) 	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 ◎チーズパン	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
7(金)	昼食	ビビンバ コーンとワカメのスープ 	豚ミンチとほうれん草のおじや 玉ねぎのスープ	豚ミンチとほうれん草のおじや 玉ねぎのスープ	白身魚のほうれん草入りがゆ 玉ねぎのスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ブルーベリージャムクレープ(小麦)	果物 ◎ホットケーキ(離乳用)	りんご ◎ホットケーキ(離乳用)	おろしりんご
8(土)	昼食	焼き鳥うどん 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(チンゲン菜) おろしりんご
	午後おやつ	牛乳 食パン	食パン	食パン	
10(月)	昼食	ご飯 キーマカレー ブロッコリーの甘酢和え 	かゆ 豚ミンチと野菜のクリーム煮 ブロッコリーの和え物	かゆ 豚ミンチと野菜のクリーム煮 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) ブロッコリーの裏ごし
	午後おやつ	牛乳 ◎フルーツヨーグルト 揚一番	◎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
11(火)	昼食	まぜ込みご飯 かぼちゃと豚肉の煮物 豆腐とワカメのみそ汁	かゆ かぼちゃと豚ミンチの煮物 豆腐のみそ汁	かゆ かぼちゃと豚ミンチの煮物 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とかぼちゃのつぶし煮 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎きな粉蒸しパン	果物 ◎きな粉蒸しパン(離乳用)	りんご ◎きな粉蒸しパン(離乳用)	おろしりんご
12(水)	昼食	ご飯 鶏肉の唐揚げタレづけ もやしとツナのサラダ 大根のすまし汁 	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) 大根のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) 大根のすまし汁	つぶしがゆ 豆腐と野菜あん 大根のお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎りんごゼリー おにぎりせんべい	◎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
13(木)	昼食	ベジロール(ほうれん草) クリームシチュー キャベツと人参のサラダ	かゆ クリームシチュー風(鶏) キャベツの和え物 	かゆ クリームシチュー風(鶏) キャベツの和え物	つぶしがゆ クリームシチュー風(魚) キャベツの裏ごし
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎五平餅風 	果物 ◎ごまおじや	りんご ◎ごまおじや	おろしりんご
14(金)	昼食	ご飯 焼き魚(さば) レンコンのきんぴら煮 小松菜のみそ汁	かゆ 白身魚と野菜あん 小松菜のみそ汁	かゆ 白身魚と野菜あん 小松菜のみそ汁 	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ウインナーパンケーキ(米粉)	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
15(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	



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(月)	昼食	ご飯 筑前煮 豆腐と白菜のみそ汁	かゆ 筑前煮風 豆腐と白菜のみそ汁 	かゆ 筑前煮風 豆腐と白菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐と野菜のすり流し 白菜のお汁(たまねぎ)
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎きなこドーナツ	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(火)	昼食	鶏炒飯 ゆでブロッコリー(マヨドレ) チンゲン菜とコーンのスープ	鶏ミンチ入りおじや ゆでブロッコリー チンゲン菜のスープ	鶏ミンチ入りおじや ゆでブロッコリー チンゲン菜のスープ 	白身魚入りがゆ(ブロッコリー) チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ハッピーターン	果物 離乳用菓子(ハイハイン)	りんご 離乳用菓子(ハイハイン)	おろしりんご
19(水)	昼食	ご飯 ポークカレー  切干大根の酢の物	かゆ クリームシチュー風(鶏) 切り干し大根の甘酢煮	かゆ クリームシチュー風(鶏) 切り干し大根の甘酢煮	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 ◎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
21(金)	昼食	ご飯 厚揚げとなすのみそ炒め 胡瓜とツナの和え物 麩とワカメのすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 玉ねぎのすまし汁 	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 玉ねぎのすまし汁	つぶしがゆ 豆腐と野菜あん 玉ねぎのお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎大学芋	果物 ◎いもあん	りんご ◎いもあん 	おろしりんご 
22(土)	昼食	焼きそば  果物	豚ミンチの五目うどん(キャベツ) 果物	豚ミンチの五目うどん(キャベツ) りんご	クタクタうどん 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	
24(月)	昼食	ハヤシライス コーンとワカメのサラダ	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー 玉ねぎのスープ	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー 玉ねぎのスープ	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し 玉ねぎのスープ
	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(火)	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き  青菜とキャベツのおかか和え 豆腐とえのきのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(小松菜) 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(小松菜) 豆腐のすまし汁	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
26(水)	昼食	マーボー丼 三度豆のごまマヨあえ あげとしめじのみそ汁	かゆ 豚ミンチと三度豆煮 豆腐のみそ汁	かゆ 豚ミンチと三度豆煮 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 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
27(木)	昼食	ご飯 鮭のノルウェー風 白菜のポン酢和え もやしとベーコンのスープ	かゆ 白身魚と白菜煮 玉ねぎのスープ 	かゆ 白身魚と白菜煮 玉ねぎのスープ	つぶしがゆ 白身魚と白菜煮 玉ねぎのスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎バインケーキ	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
28(金) 年度末協力日	昼食	ゆかりご飯 豚じゃが 切干大根のみそ汁 	かゆ 豚じゃが 切干大根のみそ汁	かゆ 豚じゃが 切干大根のみそ汁 	つぶしがゆ 白身魚とじゃが芋のつぶし煮 切干大根のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 厚切バウムクーヘン	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
29(土)	昼食	ごま味ラーメン 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	
31(月) 年度末協力日	昼食	エビピラフ ゆでブロッコリー(マヨドレ) クリームスープ 	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー ミルクスープ	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー ミルクスープ	つぶしがゆ 白身魚とブロッコリーのすり流し ミルクスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 源氏パイ	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 

※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。

