

2026年2月



離乳食だより



四條畷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)
2(月)	昼食	ゆかりご飯 おでん 白菜のみそ汁	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 豆腐のおろし煮 白菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ココアホットケーキ	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(火)	昼食	ご飯 いわし団子のケチャップ和え キャベツの和え物 あげとワカメのみそ汁	かゆ 白身魚と野菜ソテー(ケチャップ) 豆腐のみそ汁	かゆ 白身魚と野菜ソテー(ケチャップ) 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 ◎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
4(水)	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草のお浸し 豆腐とねぎのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(ほうれん草) 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(ほうれん草) 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎りんごのコンポート ぱりんこ(のり塩)	◎りんごのコンポート 離乳用菓子(せんべい)	◎りんごのコンポート 離乳用菓子(せんべい)	おろしりんご
5(木)	昼食	ご飯 酢豚風 春雨スープ	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 春雨スープ	かゆ 豚ミンチとキャベツソテー(ケチャップ) 春雨スープ	つぶしがゆ 豆腐とキャベツ煮 チンゲン菜のスープ
	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
6(金)	昼食	鶏丼 ゆでブロッコリー(マヨドレ) 粕汁(鮭)	かゆ 鶏ミンチとブロッコリー煮 大根のみそ汁	かゆ 鶏ミンチとブロッコリー煮 大根のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とブロッコリー煮 大根のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 カルシウムせん	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
7(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	
9(月)	昼食	ご飯 ポークカレー 大根サラダ(柑橘ドレッシング)	かゆ クリームシチュー風(鶏) 大根の和え物	かゆ クリームシチュー風(鶏) 大根の和え物	つぶしがゆ 野菜のクリーム煮 大根のうらごし
	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
10(火)	昼食	ご飯 焼き魚(さけ) レンコンのきんぴら煮 白菜のみそ汁	かゆ 白身魚と野菜あん 白菜のみそ汁	かゆ 白身魚と野菜あん 白菜のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 白菜のお汁(たまねぎ)
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ジャムサンド(ブルーベリー)	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
12(木)	昼食	三色丼 ベビーチーズ 小松菜とえのきのすまし汁	鶏ミンチと三度豆のおじや 小松菜のすまし汁	鶏ミンチと三度豆のおじや 小松菜のすまし汁	白身魚入りがゆ 小松菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎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
13(金)	昼食	食パン ツナのミートスパゲティー 野菜の具だくさんスープ	白身魚のスパゲティー煮 キャベツのスープ	白身魚のスパゲティー煮 キャベツのスープ	クタクタスパゲティー 野菜の吉野煮(キャベツ)
	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
14(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	
16(月)	昼食	エビピラフ ゆでブロッコリー(マヨドレ) 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 ◎じゃが芋のお焼き	果物 ◎じゃが芋のお焼き(離乳用)	りんご ◎じゃが芋のお焼き(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)
17(火)	昼食	ご飯 焼き魚(あじ) 焼ビーフン(副菜) しめじとワカメのみそ汁	かゆ 白身魚とキャベツ煮 玉ねぎのみそ汁	かゆ 白身魚とキャベツ煮 玉ねぎのみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 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
18(水)	昼食	ご飯 鶏肉の唐揚げ もやしのごま和え 小松菜のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) 小松菜のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー(醤油) 小松菜のすまし汁	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 ◎ワッフル(イチゴ)	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
19(木)	昼食	ご飯 牛肉と大根のふろふき 豆腐と白菜のみそ汁	かゆ ミンチと大根のふろふき 白菜のみそ汁(豆腐)	かゆ ミンチと大根のふろふき 白菜のみそ汁(豆腐)	つぶしがゆ 白身魚のおろし煮 白菜のお汁(豆腐)
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎お好み焼き(小麦粉)	果物 ◎お好み焼風(離乳用)	りんご ◎お好み焼風(離乳用)	おろしりんご
20(金)	昼食	ご飯 豚肉と茄子の炒め物(チンゲン菜) 胡瓜とパプリカの甘酢和え 麩とえのきのすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 チンゲン菜のすまし汁	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 チンゲン菜のすまし汁	つぶしがゆ 豆腐と野菜あん チンゲン菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ほうれん草蒸しパン	果物 ◎ほうれん草蒸しパン(離乳用)	りんご ◎ほうれん草蒸しパン(離乳用)	おろしりんご
21(土)	昼食	ミートスパゲティ 果物	スパゲティミート煮 果物	スパゲティミート煮 りんご	クタクタスパゲティ 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(火)	昼食	ご飯 キーマカレー 三度豆のごまマヨあえ	豚ミンチと三度豆のおじや 胡瓜と人参の和え物	豚ミンチと三度豆のおじや 胡瓜と人参の和え物	白身魚のおじや 胡瓜の裏ごし
	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
25(水)	昼食	わかめご飯(まぜ込み) ナゲット ブロッコリーとツナの醤油和え 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 豆腐と野菜あん チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎米粉のパウンドケーキ風(ホイップつき)	果物 ◎米粉のパウンドケーキ風(離乳用)	りんご ◎米粉のパウンドケーキ風(離乳用)	おろしりんご
26(木)	昼食	ご飯 煮魚(さば) 切干大根の酢の物 青菜のみそ汁	かゆ 白身魚と野菜あん 青菜のみそ汁	かゆ 白身魚と野菜あん 青菜のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚のもみじ煮 青菜のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎ドーナツ(田原小麦)	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
27(金)	昼食	NEG 丸ロール ハンバーグ キャベツと人参のポン酢和え コーンと玉ねぎのスープ	かゆ 合ミンチとキャベツソテー 玉ねぎのスープ	かゆ 合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	お茶 りんご ◎おにぎり(まぜごはん)	りんご ◎ごまおじや	りんご ◎ごまおじや	おろしりんご
28(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	

※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。

〈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。

