

2026年4月



離乳食だより



忍ヶ丘あおぞらこども園

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)
1(水)	昼食	ご飯 ポークチャップ キャベツの和え物 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 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 ◎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
2(木)	昼食	三色丼 スティックソーセージ 白菜のすまし汁	鶏ミンチと三度豆のおじや 白菜のすまし汁	鶏ミンチと三度豆のおじや 白菜のすまし汁	白身魚入りがゆ 白菜のお汁(たまねぎ)
	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
3(金)	昼食	シーチキン炒飯 ゆでブロッコリー(マヨドレ) キャベツとコーンのスープ	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー キャベツのスープ	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー キャベツのスープ	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し キャベツのスープ
	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
4(土)	昼食	五目うどん 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 鶏肉の照り焼き 小松菜とえのきのおかか和え 豆腐とワカメのみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(小松菜) 豆腐のみそ汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん(小松菜) 豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 煮魚(小松菜) 豆腐のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 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
7(火)	昼食	ゆかりご飯 かぼちゃと豚肉の煮物 大根と豆腐のみそ汁	かゆ かぼちゃと豚ミンチの煮物 大根と豆腐のみそ汁	かゆ かぼちゃと豚ミンチの煮物 大根と豆腐のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚とかぼちゃのつぶし煮 大根のお汁
	午後おやつ	牛乳 ◎りんごのコンポート まがりせんべい	◎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
8(水)	昼食	ご飯 マーボーなす 中華スープ	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 春雨スープ	かゆ 茄子と豚ミンチ煮 春雨スープ	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 ◎きなこドーナツ	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
9(木)	昼食	ご飯 豆腐ハンバーグ もやしのポン酢和え 小松菜のすまし汁	かゆ 豆腐と鶏ミンチ煮 小松菜のすまし汁	かゆ 豆腐と鶏ミンチ煮 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 ◎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
10(金)	昼食	ご飯 白身魚のフライ(カテルソース) 三度豆のごま和え 豚汁(さといも)	かゆ 白身魚のケチャップあん 大根のみそ汁(さといも)	かゆ 白身魚のケチャップあん 大根のみそ汁(さといも)	つぶしがゆ 白身魚と野菜煮 大根のお汁
	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
11(土)	昼食	イタリアンスパゲティー 果物	スパゲティーミート煮(豚) 果物	スパゲティーミート煮(豚) 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	
13(月)	昼食	ご飯 ポークカレー マカロニサラダ	かゆ 豚ミンチと野菜のクリーム煮 胡瓜と人参サラダ	かゆ 豚ミンチと野菜のクリーム煮 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 ◎みかん入りゼリー ぱりんこ(のり塩)	◎りんごゼリー 離乳用菓子(ハイハイ)	◎りんごゼリー 離乳用菓子(ハイハイ)	おろしりんご
14(火)	昼食	ご飯 焼き魚(さけ) ひじきの煮物(うすあげ) 白菜のみそ汁	かゆ 白身魚とひじき煮 白菜のみそ汁	かゆ 白身魚とひじき煮 白菜のみそ汁	つぶしがゆ 白身魚と野菜のすり流し 白菜のお汁
	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
15(水)	昼食	竹の子ご飯 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーと人参のポン酢和え えのきのすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん 豆腐のすまし汁	かゆ 鶏ミンチと野菜あん 豆腐のすまし汁	つぶしがゆ 白身魚とブロッコリー煮 豆腐のお汁
	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



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	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	お茶 果物 ◎おにぎり(ませごはん)	果物 ◎ごまおじや	りんご ◎ごまおじや	おろしりんご
17(金)	昼食	ご飯 八宝菜 切干大根のみそ汁	かゆ 八宝菜風 切干大根のみそ汁	かゆ 八宝菜風 切干大根のみそ汁	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  ◎キャロットクッキー	果物 ◎キャロットクッキー(離乳用)	りんご ◎キャロットクッキー(離乳用)	おろしりんご
18(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(チンゲン菜) 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  大根サラダ	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 ◎フルーツヨーグルト 源氏パイ	果物 ◎りんごゼリー	りんご ◎りんごゼリー 	おろしりんご
21(火)	昼食	ご飯 野菜炒め(ビーフン入) ほうれん草のみそ汁 	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) ほうれん草のみそ汁(豆腐)	かゆ 豚ミンチと野菜あん(キャベツ) ほうれん草のみそ汁(豆腐)	つぶしがゆ 白身魚とキャベツ煮 ほうれん草のお汁(豆腐)
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎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
22(水)	昼食	ご飯 ナゲット もやしとわかめのナムル チンゲン菜としめじのスープ	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー チンゲン菜のスープ	かゆ 鶏ミンチと野菜ソテー 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 おいしいプリン(Ca+鉄) 揚一番	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
23(木)	昼食	ませ込みご飯 厚揚げの煮付け 青菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ  青菜のみそ汁	かゆ 豆腐の煮つけ 青菜のみそ汁	つぶしがゆ 豆腐のおろし煮 青菜のお汁
	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
24(金)	昼食	ご飯 さばのみそ煮 ブロッコリーの甘酢和え キャベツのすまし汁	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー キャベツのすまし汁	かゆ 白身魚とブロッコリーのソテー 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 果物  ◎コーンフリッター	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
25(土)	昼食	味噌ラーメン 果物	豚ミンチのみそうどん 果物	豚ミンチのみそうどん 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	
27(月)	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 豆腐のもみじ煮  さつま芋のお汁
	午後おやつ	牛乳 果物 ◎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
28(火)	昼食	ベジロール(にんじん) クリームシチュー 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 野菜のクリーム煮 キャベツの裏ごし
	午後おやつ	牛乳 果物  ◎おはぎ風(きなこ)	果物 ◎さつま芋マッシュ	りんご ◎さつま芋マッシュ 	おろしりんご
30(木)	昼食	ケチャップライス ブロッコリーとツナの醤油和え チンゲン菜のスープ	ケチャップおじや ブロッコリーの和え物 チンゲン菜のスープ	ケチャップおじや ブロッコリーの和え物 チンゲン菜のスープ	白身魚とブロッコリーのおかゆ チンゲン菜のスープ
	午後おやつ	牛乳 果物 ビスコ	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。

