令和6年7月　離乳食だより

寝屋川市こども部保育課

日付	初期		中期		後期		完了期	
1（月）	10倍かゆ 吉野煮（たまねぎ）・初 キャベツの汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ クリームシチュー・中 煮びたし・中 ミルク おやき（人参・ｷｬﾍﾞﾂ）・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ クリームシチュー・後 煮びたし・後 ミルク おやき（人参・ｷｬﾍﾞﾂ）・離	ミルク りんご煮	ごはん クリームシチュー 夏野菜のごまあえ 牛乳 おやき（人参・ｷｬﾍﾞﾂ）・離	りんご煮
2（火）	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし（きゅうり）・初 ミルク りんご煮	玉ねぎの汁物・初 ミルク	7倍かゆ 白身魚の味噌煮・中 煮びたし（きゅうり）・中 ミルク にんじんゼリー・離	すまし汁・中 ミルク ハイハイン　プレーン・離	5倍かゆ 白身魚の味噌煮・後 煮びたし ミルク にんじんゼリー・離	すまし汁・後 ミルク ハイハイン　プレーン・離	ごはん 鯖の味噌煮 なすのお浸し 牛乳 にんじんゼリー・離	わかめと玉ねぎのすまし汁 ハイハイン　プレーン・離
3（水）	10倍かゆ 豆腐煮 春雨スープ ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ ベビー麻婆豆腐・中 春雨スープ・中 ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ ベビー麻婆豆腐 春雨スープ ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	ごはん 麻婆豆腐 春雨スープ 牛乳 ホットケーキ・離	りんご煮
4（木）	10倍かゆ 野菜のやわらか煮（白菜・ｼﾗｽ）初 豆腐の汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 野菜のやわらか煮（白菜）・中 味噌汁（豆腐）・中 ミルク りんごとにんじんの重ね煮・離	ミルク お子様せんべい・離	5倍かゆ 野菜のやわらか煮（白菜）・後 味噌汁（豆腐）・後 ミルク りんごとにんじんの重ね煮・離	ミルク お子様せんべい・離	ごはん チャプチェ（ﾋﾟｰﾏﾝ） すまし汁 牛乳 りんごとにんじんの重ね煮・離	お子様せんべい・離
5（金）	10倍かゆ 野菜のやわらか煮・初 スープ ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ ささみやわらか煮・後 きゃべつ煮・中 ミルク おやき（じゃが芋）・離	スープ ミルク りんご煮	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 きゃべつ煮・後 ミルク おやき（じゃが芋）・離	スープ ミルク りんご煮	ごはん ちくわの磯辺揚げ 茹でキャベツ 牛乳 りんご煮	味噌汁 おやき（じゃが芋）・離
6（土）	10倍かゆ 野菜のしらす煮・初 玉ねぎの汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 野菜のしらす煮・中 味噌汁（玉ねぎ）・中 ミルク りんご煮	ミルク ふかし芋	5倍かゆ 野菜のしらす煮・後 味噌汁（玉ねぎ）・後 ミルク りんご煮	ミルク ふかし芋	ごはん 鶏肉の野菜炒め 玉ねぎのすまし汁 牛乳 りんご煮	ふかし芋
8（月）	10倍かゆ 吉野煮（たまねぎ）・初 じゃが芋・玉ねぎの汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 吉野煮（たまねぎ）・中 味噌汁（じゃが・たま）・中 ミルク かぼちゃゼリー・離	ミルク ハイハイン　プレーン・離	5倍かゆ 吉野煮（たまねぎ）・後 味噌汁（じゃが・たま）・後 ミルク かぼちゃゼリー・離	ミルク ハイハイン　プレーン・離	ごはん ハヤシ ツナサラダ 牛乳 かぼちゃゼリー・離	ハイハイン　プレーン・離
9（火）	10倍かゆ 炊き合わせ（じゃが芋・凍）・初 きゃべつの汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 豚じゃが・中 味噌汁（キャ・玉）・中 ミルク りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク お子様せんべい・離	5倍かゆ 豚じゃが・後 味噌汁 ミルク りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク お子様せんべい・離	ごはん 肉じゃが 野菜味噌汁 牛乳 りんごとさつま芋の重ね煮・離	お子様せんべい・離
10（水）	10倍かゆ 凍豆腐の煮物 じゃが芋の汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 凍豆腐の煮物 味噌汁（じゃが・たま）・中 ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ 凍豆腐の煮物 味噌汁（じゃが・たま）・後 ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	ごはん 凍豆腐の中華炒め煮 野菜スープ 牛乳 ホットケーキ・離	りんご煮
11（木）	10倍かゆ 野菜のやわらか煮（玉葱凍豆）初 豆腐のすまし汁・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 旨煮（豚）・中 豆腐のすまし汁・中 ミルク おやき（玉ねぎ・ｼﾗｽ）・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ 旨煮（豚）・後 豆腐のすまし汁・後 ミルク おやき（玉ねぎ・ｼﾗｽ）・離	ミルク りんご煮	ごはん 鶏の桑焼き 切干大根の煮付け 牛乳 おやき（玉ねぎ・ｼﾗｽ）・離	味噌汁 りんご煮
12（金）	10倍かゆ 含め煮 すまし汁・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 炊き合わせ（ささみじゃが）・中 すまし汁・中 ミルク 蒸しパン・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ 炊き合わせ（ささみじゃが）・後 すまし汁・後 ミルク 蒸しパン・離	ミルク りんご煮	ごはん 豚肉のノルウェー風 酢の物 牛乳 蒸しパン・離	すまし汁 りんご煮
13（土）	10倍かゆ 吉野煮（じゃがいも）・初 スープ ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 吉野煮（じゃがいも）・中 スープ・中 ミルク りんご煮	ミルク ふかし芋	5倍かゆ 吉野煮（じゃがいも）・後 スープ ミルク りんご煮	ミルク ふかし芋	ごはん 中華あん（丼） 味噌汁 牛乳 りんご煮	ふかし芋
16（火）	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし（きゅうり）・初 ミルク りんご煮	玉ねぎの汁物・初 ミルク	7倍かゆ 白身魚の味噌煮・中 煮びたし（きゅうり）・中 ミルク にんじんゼリー・離	すまし汁・中 ミルク ハイハイン　プレーン・離	5倍かゆ 白身魚の味噌煮・後 煮びたし ミルク にんじんゼリー・離	すまし汁・後 ミルク ハイハイン　プレーン・離	ごはん 鯖の味噌煮 なすのお浸し 牛乳 にんじんゼリー・離	わかめと玉ねぎのすまし汁 ハイハイン　プレーン・離
17（水）	10倍かゆ 豆腐煮 春雨スープ ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ ベビー麻婆豆腐・中 春雨スープ・中 ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ ベビー麻婆豆腐 春雨スープ ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	ごはん 麻婆豆腐 春雨スープ 牛乳 ホットケーキ・離	りんご煮

日付	初期		中期		後期		完了期	
18（木）	10倍かゆ 野菜のやわらか煮（白菜・ｼﾗｽ）初 豆腐の汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 野菜のやわらか煮（白菜）・中 味噌汁（豆腐）・中 ミルク りんごとにんじんの重ね煮・離	ミルク お子様せんべい・離	5倍かゆ 野菜のやわらか煮（白菜）・後 味噌汁（豆腐）・後 ミルク りんごとにんじんの重ね煮・離	ミルク お子様せんべい・離	カレーピラフ コールスローサラダ トマトとたまねぎのスープ 牛乳 りんごとにんじんの重ね煮・離	お子様せんべい・離
19（金）	10倍かゆ 野菜のやわらか煮・初 スープ ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ ささみやわらか煮・後 きゃべつ煮・中 ミルク おやき（じゃが芋）・離	スープ ミルク りんご煮	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 きゃべつ煮・後 ミルク おやき（じゃが芋）・離	スープ ミルク りんご煮	ごはん ちくわの磯辺揚げ 茹でキャベツ 牛乳 りんご煮	味噌汁 おやき（じゃが芋）・離
20（土）	10倍かゆ 野菜のしらす煮・初 玉ねぎの汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 野菜のしらす煮・中 味噌汁（玉ねぎ）・中 ミルク りんご煮	ミルク ふかし芋	5倍かゆ 野菜のしらす煮・後 味噌汁（玉ねぎ）・後 ミルク りんご煮	ミルク ふかし芋	ごはん 鶏肉の野菜炒め 玉ねぎのすまし汁 牛乳 りんご煮	ふかし芋
22（月）	10倍かゆ 吉野煮（たまねぎ）・初 じゃが芋・玉ねぎの汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 吉野煮（たまねぎ）・中 味噌汁（じゃが・たま）・中 ミルク かぼちゃゼリー・離	ミルク ハイハイン　プレーン・離	5倍かゆ 吉野煮（たまねぎ）・後 味噌汁（じゃが・たま）・後 ミルク かぼちゃゼリー・離	ミルク ハイハイン　プレーン・離	ごはん ハヤシ ツナサラダ 牛乳 かぼちゃゼリー・離	ハイハイン　プレーン・離
23（火）	10倍かゆ 炊き合わせ（じゃが芋・凍）・初 きゃべつの汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 豚じゃが・中 味噌汁（キャ・玉）・中 ミルク りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク お子様せんべい・離	5倍かゆ 豚じゃが・後 味噌汁 ミルク りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク お子様せんべい・離	ごはん 肉じゃが 野菜味噌汁 牛乳 りんごとさつま芋の重ね煮・離	お子様せんべい・離
24（水）	10倍かゆ 凍豆腐の煮物 じゃが芋の汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 凍豆腐の煮物 味噌汁（じゃが・たま）・中 ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ 凍豆腐の煮物 味噌汁（じゃが・たま）・後 ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	ごはん 凍豆腐の中華炒め煮 野菜スープ 牛乳 ホットケーキ・離	りんご煮
25（木）	10倍かゆ 野菜のやわらか煮（玉葱凍豆）初 豆腐のすまし汁・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 旨煮（豚）・中 豆腐のすまし汁・中 ミルク おやき（玉ねぎ・ｼﾗｽ）・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ 旨煮（豚）・後 豆腐のすまし汁・後 ミルク おやき（玉ねぎ・ｼﾗｽ）・離	ミルク りんご煮	ごはん 鶏の桑焼き 切干大根の煮付け 牛乳 おやき（玉ねぎ・ｼﾗｽ）・離	味噌汁 りんご煮
26（金）	10倍かゆ 含め煮 すまし汁・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 炊き合わせ（ささみじゃが）・中 すまし汁・中 ミルク 蒸しパン・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ 炊き合わせ（ささみじゃが）・後 すまし汁・後 ミルク 蒸しパン・離	ミルク りんご煮	ごはん 豚肉のノルウェー風 酢の物 牛乳 蒸しパン・離	すまし汁 りんご煮
27（土）	10倍かゆ 吉野煮（じゃがいも）・初 スープ ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ 吉野煮（じゃがいも）・中 スープ・中 ミルク りんご煮	ミルク ふかし芋	5倍かゆ 吉野煮（じゃがいも）・後 スープ ミルク りんご煮	ミルク ふかし芋	ごはん 中華あん（丼） 味噌汁 牛乳 りんご煮	ふかし芋
29（月）	10倍かゆ 吉野煮（たまねぎ）・初 キャベツの汁物・初 ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ クリームシチュー・中 煮びたし・中 ミルク おやき（人参・ｷｬﾍﾞﾂ）・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ クリームシチュー・後 煮びたし・後 ミルク おやき（人参・ｷｬﾍﾞﾂ）・離	ミルク りんご煮	ごはん クリームシチュー 夏野菜のごまあえ 牛乳 おやき（人参・ｷｬﾍﾞﾂ）・離	りんご煮
30（火）	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし（きゅうり）・初 ミルク りんご煮	玉ねぎの汁物・初 ミルク	7倍かゆ 白身魚の味噌煮・中 煮びたし（きゅうり）・中 ミルク にんじんゼリー・離	すまし汁・中 ミルク ハイハイン　プレーン・離	5倍かゆ 白身魚の味噌煮・後 煮びたし ミルク にんじんゼリー・離	すまし汁・後 ミルク ハイハイン　プレーン・離	ごはん 鯖の味噌煮 なすのお浸し 牛乳 にんじんゼリー・離	わかめと玉ねぎのすまし汁 ハイハイン　プレーン・離
31（水）	10倍かゆ 豆腐煮 春雨スープ ミルク りんご煮	ミルク	7倍かゆ ベビー麻婆豆腐・中 春雨スープ・中 ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	5倍かゆ ベビー麻婆豆腐 春雨スープ ミルク ホットケーキ・離	ミルク りんご煮	ごはん 麻婆豆腐 春雨スープ 牛乳 ホットケーキ・離	りんご煮

※献立は、その日の都合により変更することがあります。