

令和7年11月 離乳食だより

2025年11月

日付	時間帯	完了期	後期	中期	初期
01(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ピーフンチャンポン キャベツのおかか・和え	5倍かゆ 吉野煮(きやべつ)・後 味噌汁(白菜)・後 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(きやべつ)・中 味噌汁(白菜)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(きやべつ)・初 白菜の汁物・初 ミルク・初
04(火)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮	ミルク・初 りんご煮
	午前おやつ	牛乳			
05(水)	昼食	ごはん 白身魚の味噌焼き もやしと人参のお浸し 揚げと野菜のすまし汁	5倍かゆ 白身魚の味噌煮・後 煮びたし玉葱)・後 すまし汁・後	7倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし(きやべつ)・初 すまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 白身魚の味噌煮・中 煮びたし(玉葱)・中 すまし汁・中 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 お子様せんべい・離 りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク・後 にんじんゼリー・離 ハイハイイン ブレーン(1個)・離	ミルク・中 にんじんゼリー・離 ハイハイイン ブレーン(1個)・離	ミルク・初 にんじんゼリー・離 ハイハイイン ブレーン(1個)・離
06(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 南瓜のあんかけ 味噌汁	5倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・豚肉)・後 味噌汁(キャ・玉)・後	7倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・豚肉)・中 味噌汁(キャ・玉)・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・豚肉)・初 味噌汁(キャ・玉)・初 ミルク・初
07(金)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・後 りんご煮 蒸しパン	ミルク・中 りんご煮 蒸しパン	ミルク・初 りんご煮 蒸しパン・離
	午前おやつ	牛乳			
08(土)	昼食	ごはん 鶏肉のカレー野菜炒め 豆腐の味噌汁	5倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・後 味噌汁(白・人)・後	7倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ・初 はくさいの汁物・初 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・初 スープ・中 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮	ミルク・初 りんご煮
10(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ハヤシ ツナサラダ	5倍かゆ 豚汁が・後 味噌汁(キャ・人)・後	7倍かゆ 豚汁が・中 味噌汁(キャ・人)・中	10倍かゆ 吉野煮(じやがいも)・初 キャベツの汁物・初 ミルク・初
11(火)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン・離	ミルク・後 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン	ミルク・中 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン	ミルク・初 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン・離
	午前おやつ	牛乳			
12(水)	昼食	ごはん 五目大豆煮 さつまいもの味噌汁	5倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・後 味噌汁(さつまいも)・後	7倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・中 味噌汁(さつまいも)・中	10倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・初 さつまいもの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんごとんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・後 りんごとんじんの重ね煮・離 ハイハイイン ブレーン(1枚)・離	ミルク・中 りんごとんじんの重ね煮・離 ハイハイイン ブレーン(1枚)・離	ミルク・初 りんごとんじんの重ね煮・離 ハイハイイン ブレーン(1枚)・離
13(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ドレッシングサラダ きのこスープ	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 煮びたし(キャベツ)・後 スープ(じやが)・後	7倍かゆ ささみやわらか煮・中 煮びたし(キャベツ)・中 スープ(じやが)・中	10倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ・凍豆)・初 ささみやわらか煮・中 スープ(じやが)・初 ミルク・初
14(金)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(さつま芋)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(さつま芋)	ミルク・中 りんご煮 おやき(さつま芋)	ミルク・初 りんご煮 おやき(さつま芋)・離
	午前おやつ	牛乳			
15(土)	昼食	ごはん ピーフンチャンポン キャベツのおかか・和え	5倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・後 味噌汁(玉ねぎ)・後	7倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・中 味噌汁(玉ねぎ)・中	10倍かゆ 吉野煮(きやべつ)・初 白菜の汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮 ふかし芋・離

令和7年11月 離乳食だより

寝屋川市こども部保育課

日付	時間帯	完了期	後期	中期	初期
17(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん カレーミート 伴三糸	5倍かゆ 凍豆腐の煮物・後 野菜スープ・後	7倍かゆ 凍豆腐の煮物・中 野菜スープ・中	10倍かゆ 凍豆腐の煮物・初 野菜スープ・初
18(火)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(か・ぼちや)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(か・ぼちや)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(か・ぼちや)・離	ミルク・初 りんご煮
	午前おやつ	牛乳			
19(水)	昼食	ごはん 南瓜のあんかけ 味噌汁	5倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・豚肉)・後 味噌汁(キャ・玉)・後	7倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・豚肉)・中 味噌汁(キャ・玉)・中	10倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・凍豆腐)・初 味噌汁(キャ・玉)・初
	午後おやつ	牛乳 お子様せんべい(1枚)・離 りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク・後 お子様せんべい(1枚)・離 りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク・中 お子様せんべい(1枚)・離 りんごとさつま芋の重ね煮・離	ミルク・初 りんご煮
20(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ピビンバ キャベツの磯辺和え 豆腐と玉ねぎのスープ	5倍かゆ 炊き合わせ(ささみじやが)・後 豆腐と玉ねぎのスープ	7倍かゆ 炊き合わせ(ささみじやが)・中 豆腐のすまし汁・中	10倍かゆ 炊き合わせ(じやが芋・凍)・初 豆腐の汁物・初
21(金)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・後 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・中 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・初 りんご煮
	午前おやつ	牛乳			
22(土)	昼食	ごはん 酢豚 中華スープ	5倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・後 中華スープ	7倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・中 野菜のやわらか煮(玉葱凍豆)・初	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱凍豆)・初 スープ・中 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮
23(日)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のカレー野菜炒め 豆腐の味噌汁	5倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・後 味噌汁(白・人)・後	7倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ・初 はくさいの汁物・初 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・後 スープ・中 ミルク・初
24(月)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン・離	ミルク・後 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン	ミルク・中 りんご煮	ミルク・初 りんご煮
	午前おやつ	牛乳			
25(火)	昼食	ごはん 肉みそ(丼) けんちん汁	5倍かゆ 炊き合わせ(じやがいも)・後	7倍かゆ 炊き合わせ(じやがいも)・中	10倍かゆ 炊き合わせ(じやが芋・凍)・初
	午後おやつ	牛乳 かばちゃゼリー・離 ハイハイイン ブレーン(1個)・離	ミルク・後 かばちゃゼリー・離 ハイハイイン ブレーン(1個)・離	ミルク・中 かばちゃゼリー・離 ハイハイイン ブレーン(1個)・離	ミルク・初 りんご煮
26(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 五目大豆煮 さつまいもの味噌汁	5倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・後 味噌汁(さつまいも)・後	7倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・中 味噌汁(さつまいも)・中	10倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・初 さつまいもの汁物・初
27(木)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・後 りんご煮 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・中 りんご煮 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・初 りんご煮
	午前おやつ	牛乳			
28(金)	昼食	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ドレッシングサラダ きのこスープ	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 煮びたし(キャベツ)・後 スープ(じやが)・後	7倍かゆ ささみやわらか煮・中 煮びたし(キャベツ)・中 スープ(じやが)・中	10倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ・凍豆)・初 スープ(じやが)・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(さつま芋)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(さつま芋)	ミルク・中 りんご煮 おやき(さつま芋)	ミルク・初 りんご煮
29(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ピーフンチャンポン キャベツのおかか・和え	5倍かゆ ちくわの磯辺揚げ 白菜の味噌汁	7倍かゆ ちくわの野菜あんかけ・後 味噌汁(玉ねぎ)・後	10倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・初 ミルク・初 玉ねぎの汁物・初
30(日)	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮