

令和7年11月 離乳食だより

2025年11月					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				
01(土)	午前おやつ	牛乳							
	昼食	ごはん ビーフンチャンボン キャベツのおかか・和え	5倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・後 味噌汁(白菜)・後 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・中 味噌汁(白菜)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・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 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮				
	午前おやつ	牛乳							
	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 ミルク・後	7倍かゆ 白身魚の味噌煮・中 煮びたし(玉葱)・中 すまし汁・初 ミルク・中	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし(キャベツ)・初 すまし汁・初 ミルク・初				
	午後おやつ	牛乳 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・後 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・中 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・初 りんご煮				
05(水)	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 ミルク・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・凍豆腐)・初 味噌汁(キャ・玉)・初 ミルク・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				
06(木)	午前おやつ	牛乳							
	昼食	ごはん 鶏の桑焼き ごま和え 豆腐のすまし汁	5倍かゆ 炊き合わせ(ささみじゃが)・後 豆腐のすまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 炊き合わせ(ささみじゃが)・中 豆腐のすまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(じゃが芋・凍)・初 豆腐のすまし汁・初 ミルク・初				
	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・離	ミルク・中 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・初 りんご煮				
07(金)	午前おやつ	牛乳							
	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 スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・中 スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱凍豆)・初 スープ・初 ミルク・初				
	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				
08(土)	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 ミルク・後	7倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・中 味噌汁(白・人)・中 ミルク・中	10倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ・初 はくさいの汁物・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				
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 豚じゃが・後 味噌汁(キャ・人)・後 ミルク・後	7倍かゆ 豚じゃが・中 味噌汁(キャ・人)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・初 キャベツの汁物・初 ミルク・初				
	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・離	ミルク・中 りんご煮 さつま芋入り蒸しパン・離	ミルク・初 りんご煮				
11(火)	午前おやつ	牛乳							
	昼食	肉みそ(井) けんちん汁	5倍かゆ 炊き合わせ(じゃがいも)・後 すまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 炊き合わせ(じゃがいも)・中 すまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(じゃが芋・凍)・初 すまし汁・初 ミルク・初				
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・後 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・中 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・初 りんご煮				
12(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 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・中 味噌汁(さつまいも)・中 ミルク・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 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・後 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・中 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・初 りんご煮				
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(じゃが)・後 ミルク・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(じゃが)・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ・凍豆)・初 スープ(じゃが)・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)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(さつま芋)・離	ミルク・初 りんご煮				
14(金)	午前おやつ	牛乳							
	昼食	ごはん ちくわの磯辺揚げ 白菜のお浸し 玉葱の味噌汁	5倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・後 味噌汁(玉ねぎ)・後 ミルク・後	7倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・中 味噌汁(玉ねぎ)・中 ミルク・中	10倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・初 玉ねぎの汁物・初 ミルク・初				
	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				
15(土)	午前おやつ	牛乳							
	昼食	ごはん ビーフンチャンボン キャベツのおかか・和え	5倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・後 味噌汁(白菜)・後 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・中 味噌汁(白菜)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・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				

令和7年11月 離乳食だより

2025年11月					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 ミルク・後	 5倍かゆ 凍豆腐の煮物・中 野菜スープ・中 ミルク・中	7倍かゆ 凍豆腐の煮物・初 野菜スープ・初 ミルク・初				
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(かぼちゃ)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(かぼちゃ)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(かぼちゃ)・離	ミルク・初 りんご煮				
18(火)	午前おやつ	牛乳							
	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 ミルク・後	7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・中	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし(キャベツ)・初 すまし汁・初 ミルク・初				
	午後おやつ	牛乳 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・後 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・中 にんじんゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・初 りんご煮				
19(水)	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 ミルク・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・凍豆腐)・初 味噌汁(キャ・玉)・初 ミルク・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 ビビンバ 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(ささみじゃが)・後 豆腐のすまし汁・後 ミルク・後	 5倍かゆ 炊き合わせ(ささみじゃが)・中 豆腐のすまし汁・中 ミルク・中	7倍かゆ 炊き合わせ(ささみじゃが)・初 豆腐のすまし汁・初 ミルク・初				
	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・離	ミルク・中 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・初 りんご煮				
21(金)	午前おやつ	牛乳							
	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 スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・中 スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱凍豆)・初 スープ・初 ミルク・初				
	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				
22(土)	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 ミルク・後	7倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・中 味噌汁(白・人)・中 ミルク・中	10倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ・初 はくさいの汁物・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				
25(火)	午前おやつ	牛乳							
	昼食	肉みそ(井) けんちん汁	5倍かゆ 炊き合わせ(じゃがいも)・後 すまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 炊き合わせ(じゃがいも)・中 すまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(じゃが芋・凍)・初 すまし汁・初 ミルク・初				
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・後 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン プレーン(1個)・離	ミルク・中 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン プレーン(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 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・中 味噌汁(さつまいも)・中 ミルク・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 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・後 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・中 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・初 りんご煮				
27(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(じゃが)・後 ミルク・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(じゃが)・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ・凍豆)・初 スープ(じゃが)・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)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(さつま芋)・離	ミルク・初 りんご煮				
28(金)	午前おやつ	牛乳							
	昼食	ごはん ちくわの磯辺揚げ 白菜のお浸し 玉葱の味噌汁	5倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・後 味噌汁(玉ねぎ)・後 ミルク・後	7倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・中 味噌汁(玉ねぎ)・中 ミルク・中	10倍かゆ 白身魚の野菜あんかけ・初 玉ねぎの汁物・初 ミルク・初				
	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				
29(土)	午前おやつ	牛乳							
	昼食	ごはん ビーフンチャンボン キャベツのおかか・和え	5倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・後 味噌汁(白菜)・後 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・中 味噌汁(白菜)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(きゃべつ)・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				