令和7年7月　離乳食だより

2025年07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(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のBBQソース焼き にんじんしりしり 味噌汁	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 煮びたし(玉葱)・後 味噌汁(じゃが・たま)・後 ミルク・後	7倍かゆ ささみやわらか煮・中 煮びたし(玉葱)・中 味噌汁(じゃが・たま)・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(玉葱・凍)・初 じゃが芋の汁物・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
02(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 麻婆豆腐 春雨スープ	5倍かゆ ベビー麻婆豆腐・後 春雨スープ・後	7倍かゆ ベビー麻婆豆腐・中 春雨スープ・中	10倍かゆ 豆腐煮・初 春雨スープ・初
	午後おやつ	牛乳120 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
03(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ひじきごはん キャベツのおかか和え 味噌汁	5倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・後 味噌汁(キャ・人)・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・中 味噌汁(キャ・人)・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱凍豆)・初 キャベツの汁物・初
	午後おやつ	牛乳 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・後 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・中 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・初 りんご煮
04(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ちくわの磯辺揚げ ツナサラダ 玉ねぎのすまし汁	5倍かゆ 白身魚の煮付け・後 煮びたし(キャベツ)・後 味噌汁(玉ねぎ)・後	7倍かゆ 白身魚の煮付け・中 煮びたし(キャベツ)・中 味噌汁(玉ねぎ)・中	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし(キャベツ)・初 玉ねぎの汁物・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 さつまいも入り蒸しパン	ミルク・後 りんご煮 さつまいも入り蒸しパン	ミルク・中 りんご煮 さつまいも入り蒸しパン	ミルク・初 りんご煮
05(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	中華あん(丼) 味噌汁	5倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・後 スープ・後	7倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・中 スープ・中	10倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・初 スープ・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
07(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん40g ハヤシ 夏野菜のごまあえ	5倍かゆ 豚じゃが・後 味噌汁(キャ・人)・後	7倍かゆ 豚じゃが・中 味噌汁(キャ・人)・中	10倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・初 キャベツの汁物・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
08(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 煮魚 もやしのお浸し 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	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 ミルク・初 白身魚の野菜あんかけ・初 玉ねぎの汁物・初
	午後おやつ	牛乳 ハイハイン　プレーン(1個)・離 りんごゼリー・離	ミルク・後 ハイハイン　プレーン(1個)・離 りんごゼリー・離	ミルク・中 ハイハイン　プレーン(1個)・離 りんごゼリー・離	ミルク・初 りんご煮
09(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん チリコンカーン 野菜スープ	5倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ)・後 スープ・後	7倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ)・中 スープ・中	10倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ・凍豆)・初 スープ・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
10(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 茄子の味噌煮 わかめと豆腐のすまし汁	5倍かゆ 茄子の味噌煮・後 すまし汁・後	7倍かゆ 茄子の味噌煮・中 すまし汁・中	10倍かゆ 茄子の煮物・初 すまし汁・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・初 りんご煮
11(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 豚肉の南蛮漬け キャベツの磯辺和え 味噌汁	5倍かゆ 野菜のやわらか煮・後 味噌汁(玉ねぎ)・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮・中 味噌汁(玉ねぎ)・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(キャベツ・じ)初 玉ねぎの汁物・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
12(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のカレー野菜炒め わかめときのこのすまし汁	5倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・後 味噌汁(じゃがいも・にん)・後	7倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・中 味噌汁(じゃがいも・にん)・中	10倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ・初 じゃが芋・にんじんの汁物・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
14(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん クリームシチュー まっくろくろすけサラダ	5倍かゆ クリームシチュー・後 煮びたし(きゅうり)・後	7倍かゆ クリームシチュー・中 煮びたし(きゅうり)・中	10倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・初 煮びたし(きゅうり)・初
	午後おやつ	牛乳 お子様せんべい(1枚)・離 かぼちゃゼリー・離	ミルク・後 お子様せんべい(1枚)・離 かぼちゃゼリー・離	ミルク・中 お子様せんべい(1枚)・離 かぼちゃゼリー・離	ミルク・初 りんご煮
15(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のBBQソース焼き にんじんしりしり 味噌汁	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 煮びたし(玉葱)・後 味噌汁(じゃが・たま)・後 ミルク・後	7倍かゆ ささみやわらか煮・中 煮びたし(玉葱)・中 味噌汁(じゃが・たま)・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(玉葱・凍)・初 じゃが芋の汁物・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

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

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
16(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 麻婆豆腐 春雨スープ	5倍かゆ ベビー麻婆豆腐・後 春雨スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ ベビー麻婆豆腐・中 春雨スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 豆腐煮・初 春雨スープ・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳120 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
17(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	カレーピラフ ドレッシングサラダ コーンスープ	5倍かゆ 野菜のやわらか煮・後 味噌汁(豆腐)・後 ミルク・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮・中 味噌汁(豆腐)・中 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(キャベツ・じ)初 豆腐の汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・後 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・中 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・初 りんご煮
18(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん ちくわの磯辺揚げ ごぼうサラダ 玉ねぎのすまし汁	5倍かゆ 白身魚の煮付け・後 煮びたし(キャベツ)・後 味噌汁(玉ねぎ)・後	7倍かゆ 白身魚の煮付け・中 煮びたし(キャベツ)・中 味噌汁(玉ねぎ)・中	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし(キャベツ)・初 玉ねぎの汁物・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 さつまいも入り蒸しパン	ミルク・後 りんご煮 さつまいも入り蒸しパン	ミルク・中 りんご煮 さつまいも入り蒸しパン	ミルク・初 りんご煮
19(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	中華あん(丼) 味噌汁	5倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・後 スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・中 スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・初 スープ・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
22(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 煮魚 もやしのお浸し 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 ハイハイン　プレーン(1個)・離 りんごゼリー・離	ミルク・後 ハイハイン　プレーン(1個)・離 りんごゼリー・離	ミルク・中 ハイハイン　プレーン(1個)・離 りんごゼリー・離	ミルク・初 りんご煮
23(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん チリコンカーン 野菜スープ	5倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ)・後 スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ)・中 スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ・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
24(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 茄子の味噌煮 わかめと豆腐のすまし汁	5倍かゆ 茄子の味噌煮・後 すまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 茄子の味噌煮・中 すまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 茄子の煮物・初 すまし汁・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・初 りんご煮
25(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 豚肉の南蛮漬け キャベツの磯辺和え 味噌汁	5倍かゆ 野菜のやわらか煮・後 味噌汁(玉ねぎ)・後 ミルク・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮・中 味噌汁(玉ねぎ)・中 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(キャベツ・じ)初 玉ねぎの汁物・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
26(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のカレー野菜炒め わかめときのこのすまし汁	5倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・後 味噌汁(じゃがいも・にん)・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(じゃがいも・にん)・中 ミルク・中	10倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ・初 じゃが芋・にんじんの汁物・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
28(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん クリームシチュー まっくろくろすけサラダ	5倍かゆ クリームシチュー・後 煮びたし(きゅうり)・後 ミルク・後	7倍かゆ クリームシチュー・中 煮びたし(きゅうり)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・初 煮びたし(きゅうり)・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 お子様せんべい(1枚)・離 かぼちゃゼリー・離	ミルク・後 お子様せんべい(1枚)・離 かぼちゃゼリー・離	ミルク・中 お子様せんべい(1枚)・離 かぼちゃゼリー・離	ミルク・初 りんご煮
29(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のBBQソース焼き にんじんしりしり 味噌汁	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 煮びたし(玉葱)・後 味噌汁(じゃが・たま)・後 ミルク・後	7倍かゆ ささみやわらか煮・中 煮びたし(玉葱)・中 味噌汁(じゃが・たま)・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(玉葱・凍)・初 じゃが芋の汁物・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
30(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 麻婆豆腐 春雨スープ	5倍かゆ ベビー麻婆豆腐・後 春雨スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ ベビー麻婆豆腐・中 春雨スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 豆腐煮・初 春雨スープ・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳120 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
31(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ひじきごはん キャベツのおかか和え 味噌汁	5倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・後 味噌汁(キャ・人)・後 ミルク・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・中 味噌汁(キャ・人)・中 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱凍豆)・初 キャベツの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・後 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・中 ハイハイン　プレーン(1個)・離 にんじんゼリー・離	ミルク・初 りんご煮