

令和4年度

# 2月離乳食献立表



<調理方法について>

・子どもがおいしく食べやすく調理することを基本に考えたいと思います。

野菜類は大きく切って煮汁を十分に含ませます。



初期：柔らかく煮たものをすりつぶし、煮汁でのばす。  
 中期：柔らかく煮たものを粗くつぶし、煮汁でのばす。  
 柔らかく煮たものを手づかみができる大きさに与える。

※ 事情により一部献立が変更する場合があります。ご了承の程よろしく申し上げます。

また、離乳食の進み具合は個人差がありますので、そのお子様に合った形で進めさせていただきます。

※ 給食と同じ献立には★マークを付けています。

八尾市こども若者部こども施設運営課

	初 期		中 期 ・ 後 期		補 食 (後期)		
1 (水)	おかゆ	ベトベト煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	さつまいもスープ さつまいも 粉ミルク	おかゆ	やわらか煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	さつまいもスープ さつまいも 粉ミルク	わらび餅のシロップかけ わらび粉
2 (木)	つぶしそうめん	そうめん ブロッコリー たまねぎ にんじん	すり流し汁 白身魚 かたくり粉	煮込みそうめん	そうめん ブロッコリー たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	レーズン入り ビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
3 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	つぶし煮 じゃが芋 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 こまつ菜 たまねぎ にんじん	★鬼まんじゅう さつまいも 小麦粉、上新粉
4 (土)	しらすがゆ	おかゆ じゃこ	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	しらすがゆ	おかゆ じゃこ	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	
6 (月)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん	マッシュ さつまいも	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん	角煮 さつまいも	★にんじんと りんごのゼリー ゼリー にんじんジュース りんごジュース
7 (火)	おかゆ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
8 (水)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	ベトベト煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	やわらか煮 はくさい たまねぎ にんじん	さつまいもの甘煮 さつまいも
9 (木)	つぶしそうめん	そうめん はくさい たまねぎ にんじん	じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	煮込みそうめん	そうめん はくさい たまねぎ にんじん	サイコロ煮 じゃこ じゃが芋	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
10 (金)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ	魚のホイル焼 白身魚 油	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	上新粉クッキー 小麦粉、上新粉 レーズン、油
13 (月)	おかゆ	ベトベト煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	かたくり粉の きな粉かけ かたくり粉、きな粉
14 (火)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん	マッシュ かぼちゃ	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん	角煮 かぼちゃ	チーズビスケット 小麦粉、ビピチーズ バター、牛乳、油
15 (水)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	ブロッコリーのペースト ブロッコリー	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	ブロッコリーのつぶし煮 ブロッコリー	スティックポテト じゃが芋、油

16 (木)	おかゆ とろとろ煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	おかゆ 魚のスープ煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
17 (金)	つぶしうどん うどん きゃべつ だいこん にんじん	豆腐ペースト 豆腐	煮込みうどん うどん きゃべつ だいこん にんじん	煮奴 豆腐	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳、油
18 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	おろし煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	おろし煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ	
20 (月)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	マッシュ じゃが芋	おかゆ やわらか煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	角煮 じゃが芋	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
21 (火)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	ふラスク ふ、バター
22 (水)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ 呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	おやき 小麦粉、じゃこ、じゃが芋、 たまねぎ、にんじん、油
24 (金)	おかゆ おろし煮 じゃこ ブロッコリー たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	おかゆ おろし煮 じゃこ ブロッコリー たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉
25 (土)	おじや おかゆ ほうれん草 だいこん にんじん	すり流し汁 白身魚 かたくり粉	おじや おかゆ ほうれん草 だいこん にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	
27 (月)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	とろとろ煮 しろ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ 煮奴 豆腐	とろとろ煮 しろ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
28 (火)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	むしパン 小麦粉、バター 牛乳、レーズン

