

11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出来る大きさで与える。

※ 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お願ひします。
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
1 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	ベトベト煮 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
2 (土)		ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉		ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	アンパンマンのベビーせんべい
5 (火)	おかゆ	じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	ベトベト煮 ブロッコリー たまねぎ にんじん	おかゆ	じゃこのおやき じゃこ じゃが芋 かたくり粉 油	やわらか煮 ブロッコリー たまねぎ にんじん	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
6 (水)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	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	魚のほぐし煮 白身魚	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	煮りんご りんご
7 (木)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
8 (金)		つぶしそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ		煮込みそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	そうすい ごはん、にんじん きゃべつ
9 (土)		魚がゆ おかゆ 白身魚	ベトベト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん		魚がゆ おかゆ 白身魚	やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ふかし芋 さつま芋
11 (月)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
12 (火)	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	煮奴 豆腐	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	りんごの寒天ゼリー りんご、粉寒天
13 (水)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ブロッコリー たまねぎ にんじん	大根のつぶし煮 だいこん	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ブロッコリー たまねぎ にんじん	大根のやわらか煮 だいこん	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳、油
14 (木)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ チンゲン菜 たまねぎ	にんじんペースト にんじん		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ チンゲン菜 たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	コロコロポテト じゃが芋、きな粉
15 (金)	おかゆ	魚のあんかけ 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつま芋のマッシュ さつま芋	おかゆ	魚のあんかけ 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつま芋の角煮 さつま芋	わらび餅のシロップかけ わらび粉
16 (土)		おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	アンパンマンのベビーせんべい

	初期			中期・後期			補食
18 (月)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	ベトベト煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	やわらか煮 はくさい たまねぎ にんじん	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
19 (火)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	おろし煮 きゃべつ だいこん にんじん	おかゆ	豆腐のソテー 豆腐 油	おろし煮 きゃべつ だいこん にんじん	さつま芋プリン風 さつま芋、粉寒天
20 (水)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ブロッコリー たまねぎ にんじん	じゃが芋のマッシュ じゃが芋	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ブロッコリー たまねぎ にんじん	じゃが芋の角煮 じゃが芋	ぞうすい ごはん、にんじん チンゲン菜
21 (木)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ こまつ菜 たまねぎ かたくり粉	にんじんペースト にんじん	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ こまつ菜 たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ 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
22 (金)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	魚のほぐし煮 白身魚	やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	スティックポテト じゃが芋、油
25 (月)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	ふらスク ふ、バター
26 (火)	おかゆ	じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	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	じゃこのおやき じゃこ じゃが芋 かたくり粉 油	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
27 (水)		つぶしそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉		煮込みそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	魚のソテー 白身魚 油	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ、レーズン
28 (木)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	ベトベト煮 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	ジャムサンド 食パン いちごジャム
29 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	おろし煮 ブロッコリー だいこん にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	おろし煮 ブロッコリー だいこん にんじん	ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉
30 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚のあんかけ 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚のあんかけ 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋

