

# 6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、煮汁でのぼす。  
中期： { 柔らかく煮たものを粗くつぶし、煮汁でのぼす。  
          { 柔らかく煮たものを手づかみができる大きさと与える。

※ 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		
1 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ	お麩そうめん そうめん、ふ		
3 (月)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	魚のほぐし煮 白身魚	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	わらび餅のシロップかけ わらび粉
4 (火)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	バトバト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ、レーズン
5 (水)	じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油		ココロポテト じゃが芋、きな粉	
6 (木)	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	★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 (金)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	ジャムサンド 食パン、いちごジャム
8 (土)	魚がゆ おかゆ 白身魚	バトバト煮 フロッコリー たまねぎ にんじん	魚がゆ おかゆ 白身魚	やわらか煮 フロッコリー たまねぎ にんじん		アンパンマンのベビーせんべい	
10 (月)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	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	ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃプリン風 かぼちゃ、粉寒天
11 (火)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	バトバト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	魚のソテー 白身魚 油	やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	チーズビスケット 小麦粉、ピピピーチーズ バター、牛乳、油
12 (水)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	スティックポテト じゃが芋、油
13 (木)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ たまねぎ かたくり粉	にんじんペースト にんじん	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ にんじん 油	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
14 (金)	ベジタブルパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐	ベジタブルパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ にんじん	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉		ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉	
15 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉		★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉	

	初期		中期・後期		補食		
17 (月)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	豆腐のソテー 豆腐 油	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
18 (火)		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	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	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	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	ぞうすい ごはん、にんじん チンゲン菜	
19 (水)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	バトバト煮 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
20 (木)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ	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
21 (金)	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	おやき じゃが芋、たまねぎ にんじん、かたくり粉、油
22 (土)	おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉		おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のソテー 白身魚 油	アンパンマンのベビーせんべい	
24 (月)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	さつま芋のマッシュ さつま芋	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	さつま芋の角煮 さつま芋	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉、きな粉
25 (火)	おかゆ	魚入りマッシュ 白身魚 じゃが芋	バトバト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	魚のおやき 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
26 (水)		つぶしそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	豆腐ペースト 豆腐		煮込みそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	煮奴 豆腐	ぞうすい ごはん、にんじん きゃべつ
27 (木)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ い	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	ちりめん煮 じゃこ い	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつま芋スティック さつま芋、油
28 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	バトバト煮 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	煮りんご りんご
29 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚のあんかけ 白身魚 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ かたくり粉	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋	

