

7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きで与える。

※ 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 (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	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	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	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
2 (火)		つぶしそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	魚入りマッシュ 白身魚 じゃが芋		煮込みそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	魚のおやき 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	わらび餅のシロップかけ わらび粉
3 (水)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	ふうすく ふ バター
4 (木)	おかゆ	豆腐ペースト 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	煮奴 豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 こまつ菜 たまねぎ にんじん	★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
5 (金)	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	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン
6 (土)		魚がゆ おかゆ 白身魚	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん		魚がゆ おかゆ 白身魚	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	アンパンマンのベビーせんべい
8 (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	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	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
9 (火)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	とろとろ煮 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	とろとろ煮 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	牛乳寒天 牛乳 粉寒天
10 (水)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	ベトベト煮 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	おやき じゃが芋 たまねぎ、にんじん かたくり粉、油
11 (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	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
12 (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	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
13 (土)		おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚		おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
16 (火)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	ベトベト煮 チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃのパンケーキ かぼちゃ 小麦粉、牛乳、油

	初期		中期・後期		補食
17 (水)	つぶしそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	煮込みそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	豆腐のソテー 豆腐 油	ブラマンジェ 牛乳 かたくり粉
18 (木)	おかゆ 魚入りマッシュ 白身魚 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 魚のおやき 白身魚 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	煮りんご りんご
19 (金)	おかゆ じゃこのあんかけ じゃこ 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 じゃこのあんかけ じゃこ 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	あべ川寒天 粉寒天 きな粉
20 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ	★じゃが芋のおやき じゃが芋、にんじん かたくり粉、白ごま (ソースなし)
22 (月)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	つぶし煮 じゃが芋 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	おかゆ 煮奴 豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
23 (火)	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	ベトベト煮 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	チーズビスケット 小麦粉 ピピピチーズ バター、牛乳、油
24 (水)	おかゆ 魚のすり流し 白身魚 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	おかゆ 魚のソテー 白身魚 油	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
25 (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	さつま芋のマッシュ さつま芋	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	さつま芋の角煮 さつま芋	そうすい ごはん にんじん チンゲン菜
26 (金)	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 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 豆腐のあんかけ 豆腐 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
27 (土)	魚がゆ おかゆ 白身魚	ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	魚がゆ おかゆ 白身魚	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	アンパンマンのベビーせんべい
29 (月)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	じゃが芋のマッシュ じゃが芋	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	じゃが芋の角煮 じゃが芋	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
30 (火)	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 呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつま芋の甘煮 さつま芋
31 (水)	おかゆ じゃことつぶし煮 じゃこ じゃが芋 きゃべつ たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ じゃことサイコロ煮 じゃこ じゃが芋 きゃべつ たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	手作りウインナー 豚ミンチ みそ

