

令和6年度

1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
4 (土)	魚がゆ おかゆ 白身魚	バトバト煮 たまねぎ にんじん	魚がゆ おかゆ 白身魚	やわらか煮 たまねぎ にんじん	アンパンマンのベビーせんべい
6 (月)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 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 魚と野菜煮 白身魚 たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
7 (火)	おかゆ 豆腐ペースト 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 煮奴 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	ぞうすい ごはん にんじん ほうれん草
8 (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	コロコロポテト じゃが芋 きな粉
9 (木)	おかゆ じゃこのあんかけ じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	大根のつぶし煮 だいこん	おかゆ じゃこのあんかけ じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	大根のやわらか煮 だいこん	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
10 (金)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	とろとろ煮 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつま芋とりんごの重ね煮 さつま芋 りんご
11 (土)	じゃこ入りおじや おかゆ じゃこ きゃべつ たまねぎ	にんじんペースト にんじん	じゃこ入りおじや おかゆ じゃこ きゃべつ たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	アンパンマンのベビーせんべい
14 (火)	おかゆ じゃことおろし煮 じゃこ ブロッコリー だいこん にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	おかゆ じゃことおろし煮 じゃこ ブロッコリー だいこん にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
15 (水)	おかゆ 豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	バトバト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 豆腐のソテー 豆腐 油	やわらか煮 きゃべつ 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
16 (木)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	とろとろ煮 ほうれん草 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 ほうれん草 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
17 (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 い	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 い	おやき じゃが芋 たまねぎ にんじん かたくり粉、油
18 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚のあんかけ 白身魚 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ かたくり粉	アンパンマンのベビーせんべい

	初期			中期・後期			補食
20 (月)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ はくさい 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 はくさい たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	スティックポテト じゃが芋 油
21 (火)	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	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	ブラマンジェ 牛乳 かたくり粉
22 (水)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ 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	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	さつま芋の角煮 さつま芋	チーズビスケット 小麦粉 ピピチーズ バター、牛乳、油
23 (木)		つぶしそうめん そうめん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		煮込みそうめん そうめん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	そうすい ごはん にんじん きゃべつ
24 (金)	おかゆ	じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	とろとろ煮 ブロッコリー 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん かたくり粉	わらび餅のシロップかけ わらび粉
25 (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	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
27 (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	さつま芋スティック さつま芋 油
28 (火)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
29 (水)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	じゃが芋のマッシュ じゃが芋	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	じゃが芋の角煮 じゃが芋	アップルパンケーキ りんご、小麦粉 牛乳、油
30 (木)		つぶしそうめん そうめん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		煮込みそうめん そうめん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
31 (金)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	ベトベト煮 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋

