

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出来る大きさと与える。

※ 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)	おじゃ おかゆ はくさい たまねぎ にんじん	豆腐ペースト 豆腐		おじゃ おかゆ はくさい たまねぎ にんじん	煮奴 豆腐	にゅうめん そうめん、はくさい	
3 (月)	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	★鬼まんじゅう さつま芋 小麦粉、上新粉
4 (火)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ふうスク ふ、バター
5 (水)	じゃこ入りそうめん 大根のつぶし煮 そうめん だいこん じゃこ きゃべつ にんじん			じゃこ入りそうめん 大根のやわらか煮 そうめん だいこん じゃこ きゃべつ にんじん		さつま芋の甘煮 さつま芋	
6 (木)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	じゃが芋の角煮 じゃが芋	★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	豆腐のすり流し 豆腐 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	豆腐のソテー 豆腐 油	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん 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
8 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋		じゃこと野菜煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋		じゃこと野菜煮 じゃこ 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
10 (月)	おかゆ	魚入りマッシュ 白身魚 じゃが芋	ベトベト煮 はくさい 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 はくさい たまねぎ にんじん	★かぼちゃスコーン 小麦粉、牛乳 バター、かぼちゃ
12 (水)	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		ちりめん煮 じゃこ ふ	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		ちりめん煮 じゃこ ふ	そうすい ごはん、にんじん チンゲン菜
13 (木)	おかゆ	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	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	おかゆ	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	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉、きな粉
14 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	おろし煮 ほうれん草 りんご にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	おろし煮 ほうれん草 りんご にんじん	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
15 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ		つぶし煮 じゃが芋 ほうれん草 たまねぎ にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ		サイコロ煮 じゃが芋 ほうれん草 たまねぎ にんじん	アンパンマンのベビーせんべい

	初期			中期・後期			補食
17 (月)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	おやき じゃが芋、たまねぎ にんじん、かたくり粉、油
18 (火)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
19 (水)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 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	魚のソテー 白身魚 油	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ 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
20 (木)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	さつま芋スープ さつま芋 かたくり粉		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ はくさい たまねぎ	さつま芋スープ さつま芋 かたくり粉 にんじん	チーズビスケット 小麦粉、棒チーズ バター、牛乳、油
21 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	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	きざみ煮 高野豆腐	とろとろ煮 こまつ菜 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
22 (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	ふかし芋 さつま芋
25 (火)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	ベトベト煮 ブロッコリー 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 ブロッコリー 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
26 (水)	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	ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉
27 (木)	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	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
28 (金)	おかゆ	じゃことおろし煮 じゃこ しろ菜 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 しろ菜 だいこん にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	あべ川寒天 粉寒天、きな粉

