

4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 (火)	おかゆ	じゃこと野菜煮 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	おかゆ	じゃこと野菜煮 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	そうすい ごはん、にんじん チンゲン菜
2 (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	スティックポテト じゃが芋 油
3 (木)	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	★かぼちゃスコーン 小麦粉、牛乳 バター、かぼちゃ
4 (金)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 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	サイコロ煮 じゃが芋 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
5 (土)	おじや おかゆ ほうれん草 たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚		おじや おかゆ ほうれん草 たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚		アンパンマンのベビーせんべい
7 (月)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつま芋のマッシュ さつま芋	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつま芋の角煮 さつま芋	マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
8 (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 きゃべつ 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 きゃべつ 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
9 (水)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	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	煮奴 豆腐	とろとろ煮 ブロッコリー たまねぎ にんじん かたくり粉	ふラスク ふ バター
10 (木)	おかゆ	魚のあんかけ 白身魚 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	魚のあんかけ 白身魚 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	さつま芋の甘煮 さつま芋
11 (金)	おかゆ	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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
12 (土)	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	ベトベト煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん		豆腐がゆ おかゆ 豆腐	やわらか煮 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
14 (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	わらび餅のシロップかけ わらび粉
15 (火)	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	ヨーグルト和え ヨーグルト レーズン

	初期			中期・後期			補食
16 (水)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 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	豆腐のソテー 豆腐 油	やわらか煮 ほうれん草 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
17 (木)	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	かぼちゃボール かぼちゃ 小麦粉、バター 牛乳、油
18 (金)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ 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		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	じゃが芋の角煮 じゃが芋	そうすい ごはん、にんじん きゃべつ
19 (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	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
21 (月)	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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
22 (火)	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	さつま芋スープ さつま芋 かたくり粉	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	さつま芋スープ さつま芋 かたくり粉	チーズビスケット 小麦粉 ピピピチーズ バター、牛乳、油
23 (水)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 ほうれん草 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 ほうれん草 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
24 (木)		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	さつま芋のごま団子 さつま芋 白ごま、油
25 (金)	おかゆ	魚入りマッシュ 白身魚 じゃが芋	ベトベト煮 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	ジャムサンド 食パン いちごジャム
26 (土)		おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	お麩そうめん そうめん ふ
28 (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	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 はくさい たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
30 (水)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 しろな 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 しろな たまねぎ にんじん	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	むしパン 小麦粉、バター 牛乳

