

5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 (木)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 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	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉、きな粉
2 (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	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ、レーズン
7 (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 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 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
8 (木)	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	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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	さつま芋の角煮 さつま芋	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
9 (金)	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	★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
10 (土)		しらすがゆ おかゆ じゃこ	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉		しらすがゆ おかゆ じゃこ	とろとろ煮 こまつ菜 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
12 (月)	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	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
13 (火)		つぶしそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉		煮込みそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	豆腐のソテー 豆腐 油	わらび餅のシロップかけ わらび粉
14 (水)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 ブロッコリー 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん	ふラスク ふ、バター
15 (木)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	お好み焼き じゃが芋、きゃべつ 豚ミンチ、小麦粉、油
16 (金)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	スティックポテト じゃが芋、油
17 (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

	初期			中期・後期			補食
19 (月)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
20 (火)		つぶしそうめん そうめん きゃべつ 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 きゃべつ 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 チンゲン菜
21 (水)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	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	魚のソテー 白身魚 油	とろとろ煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつま芋のプリン風 さつま芋、粉寒天
22 (木)	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	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 きゃべつ たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	煮りんご りんご
23 (金)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	バトバト煮 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ 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
24 (土)		さつま芋がゆ おかゆ さつま芋	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん		さつま芋がゆ おかゆ さつま芋	魚と野菜煮 白身魚 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
26 (月)	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	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	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	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
27 (火)	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	じゃがバター じゃが芋、バター
28 (水)	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	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
29 (木)		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	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 こまつ菜 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 こまつ菜
30 (金)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳、油
31 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	豆腐のあんかけ 豆腐 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	豆腐のあんかけ 豆腐 こまつ菜 たまねぎ かたくり粉	お麩そうめん そうめん、麩

