

令和7年度

6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
2 (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	★わらびもち わらび粉 きな粉
3 (火)		つぶしそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚	煮込みそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん		魚のほぐし煮 白身魚	かぼちゃのパンケーキ かぼちゃ 小麦粉、牛乳、油
4 (水)	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	手作りウインナー 豚ミンチ みそ
5 (木)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 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	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	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
6 (金)		ベジタブルパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐	ベジタブルパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ にんじん		呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
7 (土)	魚がゆ おかゆ 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	魚がゆ おかゆ 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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
9 (月)	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	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	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	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
10 (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	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
11 (水)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	スティックポテト じゃが芋、油
12 (木)	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	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
13 (金)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ 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	じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん		じゃが芋の角煮 じゃが芋	ぞうすい ごはん、にんじん ほうれん草
14 (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
16 (月)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 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	魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	かぼちゃまんじゅう かぼちゃ かたくり粉
17 (火)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 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	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	お麩そうめん そうめん ふ
18 (水)	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	★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
19 (木)	おかゆ	豆腐ペースト 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	煮奴 豆腐	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	チーズビスケット 小麦粉 棒チーズ バター、牛乳、油
20 (金)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ 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	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	じゃが芋の角煮 じゃが芋	むしパン 小麦粉 バター、牛乳
21 (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
23 (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	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
24 (火)	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	ふラスク ふ、バター
25 (水)		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	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ		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	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	そうすい ごはん、にんじん こまつ菜
26 (木)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	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	きざみ煮 高野豆腐	とろとろ煮 きゃべつ 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
27 (金)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	ベトベト煮 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン
28 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉		ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉		★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
30 (月)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	ブラマンジェ 牛乳 かたくり粉

