

7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をお願いします。

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	じゃこのあんかけ じゃこ こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
2 (水)		つぶしそうめん そうめん きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	スティックポテト じゃが芋、油
3 (木)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	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	ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
4 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	ベトベト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃボール かぼちゃ 小麦粉、バター 牛乳、油
5 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ	アンパンマンのベビーせんべい
7 (月)		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	ぞうすい ごはん、にんじん こまつ菜
8 (火)	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	ふラスク ふ、バター
9 (水)	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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
10 (木)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	むしパン 小麦粉 バター、牛乳
11 (金)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	ベトベト煮 チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃプリン風 かぼちゃ 粉寒天
12 (土)		おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	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 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	豆腐と野菜煮 豆腐 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	チーズビスケット 小麦粉 ピピピチーズ バター、牛乳、油
15 (火)		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	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン

	初期			中期・後期			補食
16 (水)	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	魚のほぐし煮 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	わらび餅のシロップかけ わらび粉
17 (木)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	煮りんご りんご
18 (金)	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	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	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	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
19 (土)		魚がゆ おかゆ 白身魚	ベトベト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん		魚がゆ おかゆ 白身魚	やわらか煮 こまつ菜 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
22 (火)	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	かぼちゃのパンケーキ かぼちゃ、小麦粉 牛乳、油
23 (水)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ チンゲン菜 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 チンゲン菜 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 チンゲン菜
24 (木)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	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	魚のほぐし煮 白身魚	とろとろ煮 はくさい 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
25 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	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	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉、きな粉
26 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	じゃこのあんかけ じゃこ チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	じゃこのあんかけ じゃこ チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉	★じゃが芋のおやき じゃが芋、にんじん かたくり粉、白ごま (ソースなし)
28 (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	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
29 (火)		つぶしそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉		煮込みそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のソテー 白身魚 油	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
30 (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	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	手作りウインナー 豚ミンチ、みそ
31 (木)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	やわらか煮 はくさい たまねぎ にんじん	かぼちゃまんじゅう かぼちゃ かたくり粉

