

9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で与える。

※ 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 (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	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	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
2 (火)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 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	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	スティックポテト じゃが芋、油
3 (水)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	わらび餅のシロップかけ わらび粉
4 (木)		つぶしそうめん そうめん こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	かぼちゃボール かぼちゃ 小麦粉、バター 牛乳、油
5 (金)	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	じゃが芋のマッシュ じゃが芋	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	じゃが芋の角煮 じゃが芋	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
6 (土)		おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		おじや おかゆ こまつ菜 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
8 (月)	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	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
9 (火)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	おろし煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	おろし煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	さつま芋スティック さつま芋、油
10 (水)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ はくさい 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 はくさい たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ にんじん 油	マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
11 (木)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	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	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	ふラスク ふ、バター
12 (金)		つぶしそうめん そうめん こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	ぞうすい ごはん、にんじん こまつ菜
13 (土)		ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん		ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	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

	初期			中期・後期			補食
16 (火)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 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	豆腐のソテー 豆腐 油	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	チーズビスケット 小麦粉 ピピチーズ バター、牛乳、油
17 (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	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
18 (木)	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		さつま芋のマッシュ さつま芋	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		さつま芋の角煮 さつま芋	手作りウインナー 豚ミンチ みそ
19 (金)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	★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
20 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ		ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ		やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	★じゃが芋のおやき じゃが芋、にんじん かたくり粉、白ごま
22 (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 (水)	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	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
25 (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	ブロッコリーのペースト ブロッコリー	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	ブロッコリーのつぶし煮 ブロッコリー	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
26 (金)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	煮りんご りんご
27 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん		じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ	あけぼのがゆ おかゆ にんじん		じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
29 (月)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 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	豆腐のあんかけ 豆腐 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	ふかし芋 さつま芋
30 (火)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 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	魚のソテー 白身魚 油	やわらか煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油

