

10月離乳食献立表

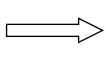


＼ハ尾市 HP はこちら／
バックナンバーもご覧になれます。

<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 (木)	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	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
2 (金)	おかゆ	じゃことおろし煮 じゃこ はくさい だいこん にんじん	さつま芋のマッシュ さつま芋	おかゆ	じゃことおろし煮 じゃこ はくさい だいこん にんじん	さつま芋の角煮 さつま芋	わらび餅のシロップかけ わらび粉
3 (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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
5 (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	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
6 (火)	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 きゃべつ 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 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
7 (水)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	ベトベト煮 はくさい 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 はくさい たまねぎ にんじん	煮りんご りんご
8 (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	さつま芋プリン風 さつま芋 粉寒天
9 (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	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 チンゲン菜 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
10 (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
13 (火)	つぶしそうめん そうめん ブロッコリー 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん		豆腐のソテー 豆腐 油	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レースン
14 (水)	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	アップルポテト さつま芋、りんご バター、油
15 (木)	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	りんご煮 りんご	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	りんご煮 りんご	マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉

	初期			中期・後期			補食
16 (金)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 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	豆腐と野菜煮 豆腐 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
17 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ		ベトベト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ		やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ふかし芋 さつま芋
19 (月)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
20 (火)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	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	ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 ほうれん草 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
21 (水)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	大根のつぶし煮 だいこん	おかゆ	豆腐と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	大根のやわらか煮 だいこん	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
22 (木)	じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ はくさい 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 はくさい 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 はくさい
23 (金)	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	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	りんごの寒天ゼリー りんご、粉寒天
24 (土)	豆腐がゆ おかゆ 豆腐		とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	豆腐がゆ おかゆ 豆腐		とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	アンパンマンのベビーせんべい
26 (月)	おかゆ	じゃことつぶし煮 じゃこ じゃが芋 きゃべつ たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ	じゃことサイコロ煮 じゃこ じゃが芋 きゃべつ 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
27 (火)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	やわらか煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつま芋スティック さつま芋 油
28 (水)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 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	魚と野菜煮 白身魚 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
29 (木)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	ブロッコリーのペースト ブロッコリー	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	ブロッコリーのつぶし煮 ブロッコリー	チーズビスケット 小麦粉 棒チーズ バター、牛乳、油
30 (金)	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	かぼちゃプリン風 かぼちゃ 粉寒天
31 (土)	おじや おかゆ はくさい たまねぎ にんじん		魚ペースト 白身魚	おじや おかゆ はくさい たまねぎ にんじん		魚のほぐし煮 白身魚	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉

