

11月離乳食献立表

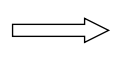


＼八尾市 HP はこちら／
バックナンバーもご覧になれます。

＜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
2 (月)	おかゆ	魚入りマッシュ 白身魚 じゃが芋	おろし煮 きゃべつ だいこん にんじん	おかゆ	魚のおやき 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	おろし煮 きゃべつ だいこん にんじん	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
4 (水)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ ブロッコリー 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん	かぼちゃの角煮 かぼちゃ		わらび餅のシロップかけ わらび粉
5 (木)	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	りんご煮 りんご	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	りんご煮 りんご	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン 牛乳、油
6 (金)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	大根のつぶし煮 だいこん	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	大根のやわらか煮 だいこん	さつま芋の甘煮 さつま芋
7 (土)		しらすがゆ おかゆ じゃこ	とろとろ煮 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん 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)
9 (月)		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		そうすい ごはん、にんじん こまつ菜
10 (火)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 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	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	さつま芋の角煮 さつま芋	アップルパンケーキ りんご、小麦粉 牛乳、油
11 (水)	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	スティックポテト じゃが芋、油
12 (木)	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	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
13 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	つぶし煮 じゃが芋 チンゲン菜 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 チンゲン菜 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
14 (土)	おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚		おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚		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	じゃこと野菜煮 じゃこ はくさい 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 はくさい 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
17 (火)	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 まるいチーズ バター、牛乳、油
18 (水)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 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	魚と野菜煮 白身魚 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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
19 (木)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
20 (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	さつま芋スティック さつま芋 油
21 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚のあんかけ 白身魚 はくさい 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 はくさい たまねぎ かたくり粉	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
24 (火)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 ブロッコリー たまねぎ にんじん	じゃが芋のマッシュ じゃが芋	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 ブロッコリー たまねぎ にんじん	じゃが芋の角煮 じゃが芋	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
25 (水)	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	大根のつぶし煮 だいこん	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	大根のやわらか煮 だいこん	スイートポテト さつま芋、牛乳
26 (木)	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	ふラスク ふ、バター
27 (金)		つぶしそうめん そうめん はくさい 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 はくさい たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	おやき じゃが芋 たまねぎ にんじん かたくり粉、油
28 (土)		魚がゆ おかゆ 白身魚	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん		魚がゆ おかゆ 白身魚	やわらか煮 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
30 (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	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	★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

