

2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	豆腐ペースト 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	おかゆ	煮奴 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	牛乳寒天 牛乳 粉寒天
3 (火)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	★鬼まんじゅう さつま芋 小麦粉、上新粉
4 (水)		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	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま 油
5 (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	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
6 (金)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ブロッコリー 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	おふそうめん そうめん、ふ
7 (土)		魚がゆ おかゆ 白身魚	ベトベト煮 はくさい たまねぎ にんじん		魚がゆ おかゆ 白身魚	やわらか煮 はくさい たまねぎ にんじん	アンパンマンのベビーせんべい
9 (月)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	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	ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつま芋スティック さつま芋、油
10 (火)	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	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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
12 (木)		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	そうすい ごはん にんじん チンゲン菜
13 (金)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	おろし煮 しろな だいこん にんじん	おかゆ	豆腐のソテー 豆腐 油	おろし煮 しろな だいこん にんじん	むしパン 小麦粉 バター、牛乳
14 (土)		しらすがゆ おかゆ じゃこ	とろとろ煮 こまつ菜 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 こまつ菜 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
16 (月)	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	わらび餅のシロップかけ わらび粉

	初期		中期・後期		補食
17 (火)	つぶしそうめん そうめん きゃべつ だいこん にんじん	豆腐ペースト 豆腐	煮込みそうめん そうめん きゃべつ だいこん にんじん	煮奴 豆腐	チーズビスケット 小麦粉 ピピピチーズ バター、牛乳、油
18 (水)	おかゆ じゃこのあんかけ じゃこ ブロッコリー 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン
19 (木)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	さつま芋スティック さつま芋、油
20 (金)	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
21 (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
24 (火)	おかゆ じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	バトバト煮 ほうれん草 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 ほうれん草 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
25 (水)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のほぐし煮 白身魚	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ 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
26 (木)	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	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
27 (金)	おかゆ 豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	バトバト煮 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	ふラスク ふ、バター
28 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚のあんかけ 白身魚 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	魚のあんかけ 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉	にゅうめん そうめん チンゲン菜

