

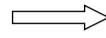


5月離乳食献立表

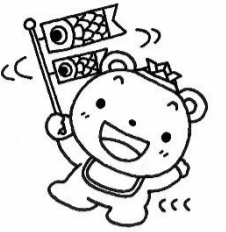
<調理方法について>

・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、煮汁でのぼす。
中期： 柔らかく煮たものを粗くつぶし、煮汁でのぼす。
柔らかく煮たものを手づかみができる大きさと与える。



※ 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
1 (金)	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	わらび餅のシロップかけ わらび粉
2 (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
7 (木)	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 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 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
8 (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	スイートポテト さつま芋 牛乳
9 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ		にゅうめん そうめん チンゲン菜
11 (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	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
12 (火)	つぶしそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	豆腐ペースト 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	煮奴 豆腐		かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン
13 (水)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	ベトベト煮 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	煮りんご りんご
14 (木)	ベジタブルパン粥 食パン ブロッコリー たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		ベジタブルパン粥 食パン ブロッコリー たまねぎ にんじん	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉		スティックポテト じゃが芋、油
15 (金)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 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	魚と野菜煮 白身魚 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
16 (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		アンパンマンのベビーせんべい
18 (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 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	むしパン 小麦粉 バター、牛乳

	初期		中期・後期		補食		
19 (火)	つぶしそうめん そうめん きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油		
20 (水)	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	かぼちゃプリン風 かぼちゃ 粉寒天
21 (木)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつまいものマッシュ さつまいも	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつまいもの角煮 さつまいも	ふラスク ふ、バター
22 (金)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	おろし煮 きゃべつ りんご にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	おろし煮 きゃべつ りんご にんじん	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
23 (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		
25 (月)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 チンゲン菜 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	豆腐のあんかけ 豆腐 チンゲン菜 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	さつまいもスティック さつまいも、油
26 (火)	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	手作りウインナー 合挽ミンチ みそ
27 (水)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	バトバト煮 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
28 (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	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 きゃべつ 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 きゃべつ		
29 (金)	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、棒チーズ バター、牛乳、油
30 (土)	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋		

