

8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
1 (土)	おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のソテー 白身魚 油	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
3 (月)	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	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	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	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	ヨーグルト和え ヨーグルト レーズン
4 (火)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
5 (水)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	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 魚のほぐし煮 白身魚	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油
6 (木)	おかゆ 豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	ベトベト煮 チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	★わらびもち わらび粉 きな粉
7 (金)	おかゆ じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	おかゆ じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	かぼちゃプリン風 かぼちゃ、粉寒天
8 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 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
10 (月)	つぶしそうめん そうめん チンゲン菜 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 チンゲン菜 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 きゃべつ
12 (水)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 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 魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
13 (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	★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
14 (金)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	つぶし煮 じゃが芋 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ふらスク ふ、バター
15 (土)	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	アンパンマンのベビーせんべい

	初期			中期・後期			補食
17 (月)	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	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
18 (火)	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	じゃがバター じゃが芋、バター
19 (水)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	やわらか煮 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
20 (木)		つぶしそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉		煮込みそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のソテー 白身魚 油	かぼちゃのパンケーキ かぼちゃ、小麦粉 牛乳、油
21 (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	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
22 (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	アンパンマンのベビーせんべい
24 (月)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 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	魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 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
25 (火)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	やわらか煮 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
26 (水)		つぶしそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	魚入りマッシュ 白身魚 じゃが芋		煮込みそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	魚のおやき 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	そうすい ごはん、にんじん きゃべつ
27 (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	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン
28 (金)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	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	チーズビスケット 小麦粉、棒チーズ バター、牛乳、油
29 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	じゃこと野菜煮 じゃこ きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ	★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)
31 (月)	おかゆ	魚のあんかけ 白身魚 チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ にんじん 油	むしパン 小麦粉、バター 牛乳

