

11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 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚と野菜煮 白身魚 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	アンパンマンのベビーせんべい
4 (火)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	おかゆ	煮奴 豆腐	さつま芋スティック さつま芋、油
5 (水)	おかゆ	魚入りマッシュ 白身魚 じゃが芋	おかゆ	魚のおやき 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	りんごの寒天ゼリー りんご 粉寒天
6 (木)	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	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	むしパン 小麦粉 バター、牛乳
7 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	そうすい ごはん、にんじん チンゲン菜
8 (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
10 (月)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
11 (火)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ 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	アップルパンケーキ りんご、小麦粉 牛乳、油
12 (水)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	おかゆ	魚のほぐし煮 白身魚	スティックポテト じゃが芋、油
13 (木)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ こまつ菜 たまねぎ かたくり粉	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ こまつ菜 たまねぎ かたくり粉	むしパン 小麦粉 バター、牛乳
14 (金)		つぶしそうめん そうめん チンゲン菜 たまねぎ にんじん		煮込みそうめん そうめん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	さつま芋まんじゅう さつま芋 かたくり粉
15 (土)		魚がゆ おかゆ 白身魚		魚がゆ おかゆ 白身魚	★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
17 (月)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	やわらか煮 はくさい たまねぎ にんじん	さつま芋プリン風 さつま芋 粉寒天
18 (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 ブロッコリー たまねぎ にんじん	おかゆ	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	サイコロ煮 じゃが芋 ブロッコリー たまねぎ にんじん	煮りんご りんご
19 (水)	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	大根のつぶし煮 だいこん	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	大根のやわらか煮 だいこん	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、牛乳、油
20 (木)	おかゆ	魚のあんかけ 白身魚 ほうれん草 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	魚のあんかけ 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	ブラマンジェ 牛乳 かたくり粉
21 (金)		つぶしそうめん そうめん きゃべつ 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 きゃべつ 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
22 (土)		おじや おかゆ はくさい たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		おじや おかゆ はくさい たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	ふかし芋 さつま芋
25 (火)	おかゆ	じゃことつぶし煮 じゃこ じゃが芋 ほうれん草 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 ほうれん草 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
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	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
27 (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	さつま芋スープ さつま芋 かたくり粉	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	さつま芋スープ さつま芋 かたくり粉	手作りウインナー 合挽ミンチ みそ
28 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	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	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	とろとろ煮 ほうれん草 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
29 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ 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 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

