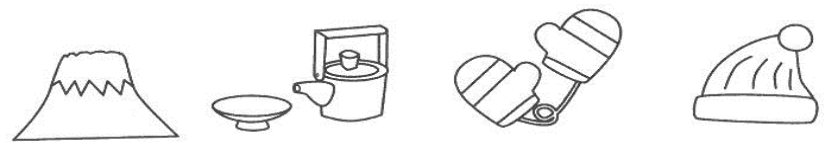


令和3年度

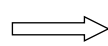
1月離乳食献立表



<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できる大きさに与える。

※ 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 (後期)
4 (火)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	つぶし煮 じゃが芋 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 たまねぎ にんじん	上新粉クッキー 小麦粉、上新粉 レーズン、油
5 (水)	つぶしそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	煮込みそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	★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
6 (木)	おかゆ 豆腐ペースト 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 煮奴 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	★マカロニあべ川 ツイスト きな粉
7 (金)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	マッシュ じゃが芋	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	角煮 じゃが芋	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳、油
8 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	
11 (火)	おかゆ つぶし煮 じゃこ じゃが芋 こまつ菜 たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ サイコロ煮 じゃこ じゃが芋 こまつ菜 たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	★手作りむしパン 小麦粉、バター 牛乳、レーズン
12 (水)	おかゆ すり流し汁 白身魚 かたくり粉	とろとろ煮 こまつ菜 だいこん 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 だいこん にんじん かたくり粉	さつま芋の甘煮 さつま芋
13 (木)	つぶしうどん うどん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ベトベト煮 じゃこ ふ	煮込みうどん うどん チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
14 (金)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ だいこん にんじん	マッシュ さつま芋	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ だいこん にんじん	角煮 さつま芋	チーズビスケット 小麦粉、ピピチーズ、 バター、牛乳、油
15 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	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	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	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	
17 (月)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 ブロッコリー たまねぎ にんじん	おかゆ 煮奴 豆腐	やわらか煮 ブロッコリー たまねぎ にんじん	スティックポテト じゃが芋、油
18 (火)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	さつま芋スープ さつま芋 粉ミルク	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	さつま芋スープ さつま芋 粉ミルク	わらび餅の珈琲かけ わらび粉

19 (水)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 はくさい 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 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	煮りんご りんご
20 (木)	おかゆ 魚と ^ト 汁のマッシュ 白身魚 じゃが芋	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ かわりコロッケ 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	おろし煮 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
21 (金)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ かたくり粉	ペースト煮 にんじん	おかゆ やわらか煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ かたくり粉	人参グラッセ にんじん 油	スイートポテト さつまいも、牛乳
22 (土)	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	
24 (月)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	マッシュ かぼちゃ	おかゆ やわらか煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	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
25 (火)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	つぶし煮 きゃべつ じゃが芋 たまねぎ にんじん	おかゆ きざみ煮 高野豆腐	サイコロ煮 きゃべつ じゃが芋 たまねぎ にんじん	あべ川寒天 粉寒天 きな粉
26 (水)	おかゆ すり流し汁 白身魚 かたくり粉	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のほぐし煮 白身魚	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	かぼちゃのきんつば かぼちゃ 小麦粉
27 (木)	おかゆ とろとろ煮 じゃこ しろ菜 だいこん にんじん かたくり粉	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	おかゆ とろとろ煮 じゃこ しろ菜 だいこん にんじん かたくり粉	ごままぶし じゃが芋 白ごま	ふラスク ふ、バター
28 (金)	おかゆ すり流し汁 豆腐 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 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	フルーツパンケーキ 小麦粉、りんご 牛乳、油
29 (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	魚のホイル焼 白身魚 油	
31 (月)	おかゆ とろとろ煮 じゃこ はくさい 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 とろとろ煮 じゃこ はくさい 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	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油

