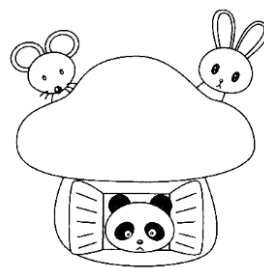


令和3年度

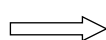
# 10月離乳食献立表



<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きで与える。

※ 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お願ひします。

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。

八尾市子ども若者部子ども施設運営課

	初 期		中 期 ・ 後 期		補 食 (後期)
1 (金)	つぶしうどん うどん はくさい たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚	煮込みうどん うどん はくさい たまねぎ にんじん	魚のホイル焼 白身魚 油	おやき 小麦粉、じゃが芋 じゃこ、たまねぎ、油
2 (土)	おじゃ おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐	おじゃ おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	
4 (月)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	つぶし煮 じゃが芋 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ 煮奴 豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 はくさい 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 (火)	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	ブロッコリーのペースト ブロッコリー	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	ブロッコリーのつぶし煮 ブロッコリー	ココロポテト さつま芋 きな粉
6 (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	じゃがバター じゃが芋 バター
7 (木)	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ だいこん かたくり粉	ペースト煮 にんじん	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ だいこん かたくり粉	人参グラッセ にんじん 油	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
8 (金)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	マッシュ さつま芋	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	角煮 さつま芋	フルーツパンケーキ 小麦粉、牛乳 りんご、油
9 (土)	二色がゆ おかゆ だいこん にんじん	つぶし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	二色がゆ おかゆ だいこん にんじん	やわらか煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	
11 (月)	おかゆ じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ サイコロ煮 じゃこ じゃが芋	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉、 牛乳、バター、 いちごジャム
12 (火)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	ブロッコリーのペースト ブロッコリー	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	ブロッコリーのつぶし煮 ブロッコリー	かぼちゃプリン風 かぼちゃ 粉寒天
13 (水)	おかゆ つぶし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ やわらか煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
14 (木)	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 チンゲン菜 だいこん にんじん かたくり粉	マッシュ さつま芋	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 チンゲン菜 だいこん にんじん かたくり粉	角煮 さつま芋	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油

15 (金)	グリーンパン粥 食パン はくさい たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐	グリーンパン粥 食パン はくさい たまねぎ にんじん	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	わらび餅のシロップかけ わらび粉
16 (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	
18 (月)	おかゆ じゃこ ふ	ベトベト煮 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 じゃこ ふ	ちりめん煮 とろとろ煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	ふかし芋 さつま芋
19 (火)	おかゆ 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	豆腐と野菜煮 かぼちゃ 粉ミルク	おかゆ 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	豆腐と野菜煮 かぼちゃ 粉ミルク	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
20 (水)	おかゆ 白身魚 じゃが芋	魚とポトのマッシュ おろし煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	かわりコロッケ おろし煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	チーズビスケット 小麦粉、ビビチーズ バター、牛乳、油
21 (木)	おかゆ じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	ベトベト煮 りんご煮 りんご	おかゆ じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	やわらか煮 りんご煮 りんご	手作りウインナー 豚ミンチ、みそ
22 (金)	おかゆ 白身魚 かたくり粉	すり流し汁 おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 白身魚	魚のほぐし煮 おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	スティックポテト じゃが芋、油
23 (土)	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	豆腐と野菜煮 とろとろ煮 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	豆腐と野菜煮 とろとろ煮 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	
25 (月)	おかゆ じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	おろし煮 マッシュ かぼちゃ	おかゆ じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	おろし煮 角煮 かぼちゃ	ふラスク ふ、バター
26 (火)	おかゆ 高野豆腐	ペースト煮 ベトベト煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ 高野豆腐	きざみ煮 やわらか煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	じゃが芋の皮なしコロッケ 小麦粉、豚ミンチ じゃが芋、たまねぎ 油
27 (水)	おかゆ 白身魚	魚ペースト 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 白身魚 油	魚のホイール焼 とろとろ煮 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳
28 (木)	おかゆ 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	豆腐と野菜煮 大根のつぶし煮 だいこん	おかゆ 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	豆腐と野菜煮 大根のやわらか煮 だいこん	煮りんご りんご
29 (金)	つぶしうどん うどん はくさい たまねぎ にんじん	つぶしうどん 魚とポトのマッシュ 白身魚 じゃが芋	煮込みうどん うどん はくさい たまねぎ にんじん	煮込みうどん 納豆のポテト煮 納豆 じゃが芋	あべ川寒天 粉寒天 きな粉
30 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ	おろし煮 こまつ菜 だいこん にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ	おろし煮 こまつ菜 だいこん にんじん	

