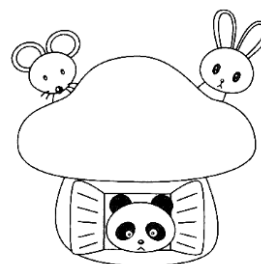


令和3年度

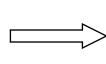
# 11月離乳食献立表



<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。  
 後期：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 (月)	おかゆ	ベトベト煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ にんじん	★手作り むしパン 小麦粉、バター 牛乳、甘納豆
2 (火)	おかゆ	とろとろ煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	マッシュ さつまい	おかゆ	魚のスープ煮 白身魚 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	角煮 さつまい	わらび餅の ソフッかけ わらび粉
4 (木)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 こまつ菜 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	豆腐と野菜煮 豆腐 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ブロッコリーをつぶし煮 ブロッコリー	おやき 小麦粉、じゃこ じゃがいも たまねぎ、油
5 (金)	おかゆ	すり流し汁 白身魚 かたくり粉	おろし煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	おかゆ	魚のほぐし煮 白身魚	おろし煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	スイートポテト さつまい、牛乳
6 (土)	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐		おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐		
8 (月)	おかゆ	ベトベト煮 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	スティック ポテト じゃが芋、油
9 (火)	つぶしそうめん そうめん ほうれん草 たまねぎ にんじん	すり流し汁 豆腐 かたくり粉		煮込みそうめん そうめん ほうれん草 たまねぎ にんじん	豆腐ステーキ 豆腐 油	チーズ ビスケット 小麦粉、 ピピチーズ、 バター、牛乳、油	
10 (水)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	おろし煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	おろし煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	かたくり粉の きな粉かけ かたくり粉 きな粉
11 (木)	おかゆ	ベトベト煮 じゃこ きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	角煮 かぼちゃ	牛乳寒天 牛乳 粉寒天
12 (金)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ たまねぎ 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 たまねぎ かたくり粉	人参グラッセ にんじん 油	さつまいの甘煮 さつまい
13 (土)	魚がゆ おかゆ 白身魚	つぶし煮 じゃが芋 チンゲン菜 たまねぎ にんじん		魚がゆ おかゆ 白身魚	サイコロ煮 じゃが芋 チンゲン菜 たまねぎ にんじん		

15 (月)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	おろし煮 チンゲン菜 だいこん にんじん	おかゆ 煮奴 豆腐	おろし煮 チンゲン菜 だいこん にんじん	手作りウインナー 豚ミンチ、みそ
16 (火)	つぶしうどん うどん きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳、油
17 (水)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	ココロポテト じゃが芋、きな粉
18 (木)	おかゆ とろとろ煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	大根のつぶし煮 だいこん	おかゆ 魚のスープ煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	大根のやわらか煮 だいこん	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
19 (金)	グリーンパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ	じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	グリーンパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ	サイコロ煮 じゃこ じゃが芋	レーズン入り ビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
20 (土)	さつま芋がゆ おかゆ さつま芋	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつま芋がゆ おかゆ さつま芋	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	
22 (月)	おかゆ 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	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 きゃべつ 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	じゃがバター じゃが芋、バター
24 (水)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ チンゲン菜 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 やわらか煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ごままぶし じゃが芋 ごま	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
25 (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	さつま芋と りんごの重ね煮 さつま芋 りんご
26 (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	ふラスク ふ、バター
27 (土)	二色がゆ おかゆ だいこん にんじん	つぶし煮 じゃこ こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ	
29 (月)	おかゆ おろし煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	マッシュ かぼちゃ	おかゆ おろし煮 じゃこ ほうれん草 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
30 (火)	おかゆ すり流し汁 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 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	煮りんご りんご

