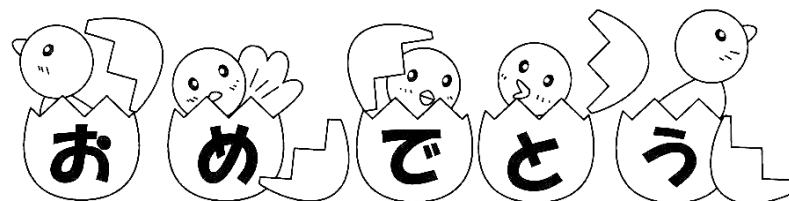


令和4年度

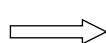
4月離乳食献立表



<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)		
1 (金)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 煮奴 豆腐	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	ふラスク ふ バター	
2 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 じゃが芋 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 じゃが芋 きゃべつ たまねぎ			
4 (月)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 チンゲン菜 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 チンゲン菜 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	かぼちゃのきんつば かぼちゃ 小麦粉
5 (火)	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	魚のホイール焼 白身魚 油	やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
6 (水)	おかゆ	とろとろ煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	マッシュ じゃが芋	おかゆ	とろとろ煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	角煮 じゃが芋	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
7 (木)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 こまつ菜 たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 こまつ菜 たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	煮りんご りんご
8 (金)	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	スティックポテト じゃが芋、油
9 (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			
11 (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	★手作りむしパン 小麦粉、バター 牛乳、レーズン
12 (火)	おかゆ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	マッシュ さつま芋	おかゆ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	角煮 さつま芋	あべ川寒天 粉寒天 きな粉
13 (水)	おかゆ	とろとろ煮 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉	ペースト煮 にんじん	おかゆ	魚のスープ煮 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ かたくり粉	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)	つぶしうどん うどん ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	ブルマンジェ 牛乳 かたくり粉		

15 (金)	おかゆ すり流し汁 白身魚 かたくり粉	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のほぐし煮 白身魚	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	さつまいものごま団子 さつまいも 白ごま、油
16 (土)	豆腐がゆ おかゆ 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	豆腐がゆ おかゆ 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	
18 (月)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ 煮奴 豆腐	やわらか煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	手作りウインナー 豚ミンチ みそ
19 (火)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	わらび餅のシロップかけ わらび粉
20 (水)	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	上新粉クッキー 小麦粉、上新粉 レーズン、油
21 (木)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	とろとろ煮 ブロッコリー 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 ブロッコリー 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、油
22 (金)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のホイル焼 白身魚 油	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	★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
23 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	おろし煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	おろし煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	
25 (月)	おかゆ とろとろ煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	マッシュ じゃが芋	おかゆ とろとろ煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	角煮 じゃが芋	チーズビスケット 小麦粉 ビビビチーズ バター、牛乳、油
26 (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	さつまいもの甘煮 さつまいも
27 (水)	つぶしうどん うどん きゃべつ たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐	煮込みうどん うどん きゃべつ たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	牛乳寒天 牛乳 粉寒天
28 (木)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ふ	おろし煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	おろし煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	コロコロポテト じゃが芋 きな粉
30 (土)	さつまいもがゆ おかゆ さつまいも	とろとろ煮 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつまいもがゆ おかゆ さつまいも	魚のスープ煮 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	

