

令和4年度

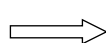
# 5月離乳食献立表



<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。



八尾市こども若者部こども施設運営課

	初 期			中 期 ・ 後 期			補 食 (後期)
2 (月)	おかゆ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	ふかし芋 さつま芋
6 (金)	おかゆ	じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	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	サイコロ煮 じゃこ じゃが芋	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉、きな粉
7 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ		
9 (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	★ぶどうゼリー ゼリー、ぶどうジュース
10 (火)	つぶしうどん うどん きゃべつ たまねぎ にんじん	すり流し汁 豆腐 かたくり粉		煮込みうどん うどん きゃべつ たまねぎ にんじん	豆腐ステーキ 豆腐 油	かぼちゃのきんつば かぼちゃ、小麦粉	
11 (水)	グリーンパン粥 食パン こまつ菜 たまねぎ	ベトベト煮 じゃこ ふ		グリーンパン粥 食パン こまつ菜 たまねぎ	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム	
12 (木)	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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
13 (金)	おかゆ	ベトベト煮 じゃこ チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	角煮 かぼちゃ	チーズビスケット 小麦粉、ビピチーズ バター、牛乳、油
14 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	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		ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	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		
16 (月)	おかゆ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	プRANDOMジェ 牛乳、かたくり粉
17 (火)	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	さつま芋の甘煮 さつま芋
18 (水)	おかゆ	とろとろ煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	おかゆ	とろとろ煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	上新粉クッキー 小麦粉、上新粉 レーズン、油

19 (木)	つぶしそうめん そうめん はくさい 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 はくさい たまねぎ にんじん	魚のホイル焼 白身魚 油	ココロポテト じゃが芋、きな粉
20 (金)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ 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 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん	さつま芋スープ さつま芋 粉ミルク	わらび餅のシロップかけ わらび粉
21 (土)	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	魚とホイルのマッシュ 白身魚 じゃが芋	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	かわりコロッケ 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	
23 (月)	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	マッシュ かぼちゃ	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	角煮 かぼちゃ	むしパン 小麦粉、バター 牛乳、にんじん
24 (火)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ふ	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	ようかん 粉寒天、レーズン かたくり粉
25 (水)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 はくさい 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 魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	ごままぶし じゃが芋 白ごま	煮りんご りんご
26 (木)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ きざみ煮 高野豆腐	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	かぼちゃまんじゅう かぼちゃ、かたくり粉
27 (金)	つぶしそうめん そうめん フロッコリー たまねぎ にんじん	魚とホイルのマッシュ 白身魚 じゃが芋	煮込みそうめん そうめん フロッコリー たまねぎ にんじん	納豆のポテト煮 納豆 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
28 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ	おろし煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ	おろし煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	
30 (月)	おかゆ つぶし煮 じゃこ じゃが芋 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
31 (火)	おかゆ すり流し汁 白身魚 かたくり粉	ベトベト煮 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ふらスク ふ、バター

