

令和4年度

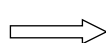
9月離乳食献立表



<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)
1 (木)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	ベトベト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ きざみ煮 高野豆腐	やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	スティックポテト じゃが芋、油
2 (金)	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	マッシュ さつま芋	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	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
3 (土)	おじや おかゆ 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	おじや おかゆ ほうれん草 たまねぎ にんじん	豆腐ステーキ 豆腐 油	
5 (月)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳、油
6 (火)	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 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	煮りんご りんご
7 (水)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 煮奴 豆腐	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	コロコロポテト じゃが芋、きな粉
8 (木)	つぶしそうめん そうめん じゃこ こまつ菜 にんじん	カボチャスープ かぼちゃ たまねぎ 粉ミルク	煮込みそうめん そうめん じゃこ こまつ菜 にんじん	カボチャスープ かぼちゃ たまねぎ 粉ミルク	わらび餅のシロップかけ わらび粉
9 (金)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	おろし煮 ブロッコリー たまねぎ にんじん	おかゆ きざみ煮 高野豆腐	おろし煮 ブロッコリー たまねぎ にんじん	スイートポテト さつま芋、牛乳
10 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	
12 (月)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	むしパン 小麦粉、バター 牛乳、にんじん
13 (火)	おかゆ 魚とポテトのマッシュ 白身魚 さつま芋	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ かわりコロッケ 白身魚 さつま芋 かたくり粉 油	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
14 (水)	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	さつま芋の甘煮 さつま芋

15 (木)	おかゆ じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 納豆のポテト煮 納豆 じゃが芋	やわらか煮 きゃべつ 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
16 (金)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	とろとろ煮 チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	チーズビスケット 小麦粉 ビピビチーズ バター、牛乳、油
17 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 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 きゃべつ たまねぎ	
20 (火)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	ごままぶし じゃが芋 白ごま	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
21 (水)	おかゆ とろとろ煮 白身魚 はくさい たまねぎ かたくり粉	りんご煮 りんご にんじん	おかゆ 魚のスープ煮 白身魚 はくさい たまねぎ かたくり粉	りんご煮 りんご にんじん	上新粉クッキー 小麦粉、上新粉 レーズン、油
22 (水)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 こまつ菜 たまねぎ にんじん	マッシュ かぼちゃ	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 こまつ菜 たまねぎ にんじん	角煮 かぼちゃ	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
24 (土)	おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	すり流し汁 白身魚 かたくり粉	おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	
26 (月)	おかゆ じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ 納豆入りおやき 納豆 じゃが芋 かたくり粉 油	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ、レーズン
27 (火)	つぶしうどん うどん こまつ菜 たまねぎ にんじん	豆腐ペースト 豆腐	煮込みうどん うどん こまつ菜 たまねぎ にんじん	煮奴 豆腐	ふらスク ふ、バター
28 (水)	おかゆ すり流し汁 白身魚 かたくり粉	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ にんじん	おかゆ 呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	サイコロ煮 じゃが芋 きゃべつ にんじん	煮りんご りんご
29 (木)	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 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 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	ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉
30 (金)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ふ	おろし煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	おろし煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	さつま芋とりんごの重ね煮 さつま芋、りんご

