

令和5年度

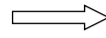
11月離乳食献立表



<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、煮汁でのぼす。
中期： 柔らかく煮たものを粗くつぶし、煮汁でのぼす。
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		
1 (水)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	牛乳寒天 牛乳 粉寒天	
2 (木)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ にんじん かたくり粉	大根のつぶし煮 だいこん	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ にんじん かたくり粉	ココロポテト じゃが芋、きな粉	
4 (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	アンパンマンのベビーせんべい	
6 (月)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	じゃが芋のマッシュ じゃが芋	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ ほうれん草 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	
7 (火)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	ベトベト煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ	さざみ煮 高野豆腐	やわらか煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつま芋プリン風 さつま芋 粉寒天
8 (水)	つぶしそうめん そうめん チンゲン菜 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 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	煮りんご りんご	
9 (木)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	おろし煮 きゃべつ だいこん にんじん	おかゆ	豆腐のソテー 豆腐 油	おろし煮 きゃべつ だいこん にんじん	チーズビスケット 小麦粉 棒チーズ バター、牛乳、油
10 (金)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ 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	じゃこと野菜煮 じゃこ 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	わらび餅のシロップかけ わらび粉
11 (土)	魚がゆ おかゆ 白身魚	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉		魚がゆ おかゆ 白身魚	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	★じゃが芋のおやき じゃが芋、にんじん かたくり粉、白ごま (ソースなし)	
13 (月)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 はくさい たまねぎ かたくり粉	にんじんペースト にんじん	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 はくさい たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ にんじん 油	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
14 (火)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	おろし煮 ブロッコリー だいこん にんじん	おかゆ	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	おろし煮 ブロッコリー だいこん にんじん	かぼちゃのプリン風 かぼちゃ 粉寒天
15 (水)	つぶしそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	魚入りマッシュ 白身魚 じゃが芋		煮込みそうめん そうめん きゃべつ たまねぎ にんじん	魚のおやき 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	そうすい ごはん にんじん チンゲン菜	
16 (木)	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 かたくり粉	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 かたくり粉	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま、油

	初期			中期・後期			補食
17 (金)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	りんご煮 りんご	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
18 (土)	おじゃ おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚		おじゃ 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		アンパンマンのベビーせんべい
20 (月)	おかゆ	豆腐ペースト 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	煮奴 豆腐	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	手作りウインナー 豚ミンチ みそ
21 (火)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつまいものマッシュ さつまい	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつまいもの角煮 さつまい	アップルパンケーキ りんご、小麦粉 牛乳、油
22 (水)	つぶしそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉		煮込みそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	豆腐のソテー 豆腐 油		スティックポテト じゃが芋 油
24 (金)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	じゃが芋のマッシュ じゃが芋	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	じゃが芋の角煮 じゃが芋	ブラマンジェ 牛乳 かたくり粉
25 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん		しらすがゆ おかゆ じゃこ	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん		★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
27 (月)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 ほうれん草 たまねぎ かたくり粉	にんじんペースト にんじん	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 ほうれん草 たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ にんじん 油	さつまいもの甘煮 さつまい
28 (火)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	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	魚のほぐし煮 白身魚	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
29 (水)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 ブロッコリー 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン
30 (木)	おかゆ	魚のすり流し 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	りんごの寒天ゼリー りんご 粉寒天

