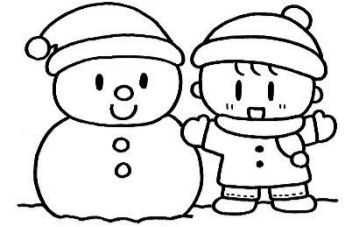


令和5年度

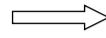
12月離乳食献立表



<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 (金)	つぶしそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐	煮込みそうめん そうめん こまつ菜 たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	むしパン 小麦粉、バター 牛乳		
2 (土)	二色がゆ おかゆ だいこん にんじん	じゃこと野菜煮 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	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ	★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)		
4 (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 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ	じゃこのおやき じゃこ じゃが芋 かたくり粉 油	とろとろ煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
5 (火)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	さつま芋のごま団子 さつま芋 白ごま、油
6 (水)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	つぶし煮 じゃが芋 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 ほうれん草 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
7 (木)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	ベトベト煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	やわらか煮 はくさい 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
8 (金)	つぶしそうめん そうめん ブロッコリー 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 ブロッコリー たまねぎ にんじん	魚のほくし煮 白身魚	さつま芋スティック さつま芋 油		
9 (土)	おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐	おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	アンパンマンのベビーせんべい		
11 (月)	おかゆ	じゃこと野菜煮 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	じゃこと野菜煮 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	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
12 (火)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつま芋のマッシュ さつま芋	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつま芋の角煮 さつま芋	わらび餅のシロップかけ わらび粉
13 (水)	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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
14 (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	ふらスク ふ バター
15 (金)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ ブロッコリー たまねぎ かたくり粉	にんじんペースト にんじん	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ ブロッコリー たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ にんじん 油	さつま芋とりんごの重ね煮 さつま芋 りんご

	初期		中期・後期		補食		
16 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ	アンパンマンのベビーせんべい		
18 (月)	おかゆ	じゃことおろし煮 じゃこ きゃべつ だいこん にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	おかゆ	じゃことおろし煮 かぼちゃ かぼちゃ かたくり粉 だいこん にんじん	牛乳寒天 牛乳 粉寒天	
19 (火)	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	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
20 (水)	おかゆ	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	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	魚のソテー 白身魚 油	とろとろ煮 ブロッコリー 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
21 (木)	つぶしそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	豆腐ペースト 豆腐	煮込みそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	煮込みそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	煮奴 豆腐	チーズビスケット 小麦粉 ピピチーズ バター、牛乳、油	
22 (金)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 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	サイコロ煮 じゃが芋 ほうれん草 たまねぎ にんじん	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン
23 (土)	魚がゆ おかゆ 白身魚	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	魚がゆ おかゆ 白身魚	魚がゆ おかゆ 白身魚	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	
25 (月)	おかゆ	魚のあんかけ 白身魚 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	魚のあんかけ 白身魚 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	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
26 (火)	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	じゃが芋のマッシュ じゃが芋	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	じゃが芋の角煮 じゃが芋	ごまクッキー 小麦粉、バター 牛乳、白ごま 油
27 (水)	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	そうすい ごはん にんじん きゃべつ
28 (木)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	魚のほぐし煮 白身魚	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	お麩そうめん そうめん ふ

