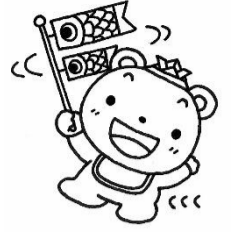


令和5年度

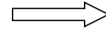
# 5月離乳食献立表



<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 (月)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	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
2 (火)	おかゆ	魚のあんかけ 白身魚 ブロッコリー 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	魚のあんかけ 白身魚 ブロッコリー たまねぎ にんじん かたくり粉	じゃが芋の角煮 じゃが芋	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
6 (土)	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	とろとろ煮 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉		アンパンマンのベビーせんべい
8 (月)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 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	豆腐と野菜煮 豆腐 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	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
9 (火)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	つぶし煮 じゃが芋 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ	魚のほぐし煮 白身魚	サイコロ煮 じゃが芋 はくさい たまねぎ にんじん	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
10 (水)		ベジタブルパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ		ベジタブルパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ にんじん	呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	そうすい ごはん、にんじん チンゲン菜
11 (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	かぼちゃのパンケーキ かぼちゃ、小麦粉 牛乳、油
12 (金)		つぶしそうめん そうめん こまつ菜 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 こまつ菜 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	わらび餅のシロップかけ わらび粉
13 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	じゃこのあんかけ じゃこ こまつ菜 たまねぎ かたくり粉		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	じゃこのあんかけ じゃこ こまつ菜 たまねぎ かたくり粉	アンパンマンのベビーせんべい
15 (月)	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	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 チンゲン菜 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
16 (火)	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	魚のソテー 白身魚 油	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	さつまいもスティック さつまいも 油
17 (水)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	とろとろ煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	とろとろ煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	手作りウィンナー 豚ミンチ みそ
18 (木)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	さつまいものマッシュ さつまいも	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	さつまいもの角煮 さつまいも	りんごの寒天ゼリー りんご 粉寒天

	初期		中期・後期		補食		
19 (金)	じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ ほうれん草 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	じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	ブロッコリーをつぶし煮 ブロッコリー	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油		
20 (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	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉		
22 (月)	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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
23 (火)	じゃこ入りうどん うどん じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	にんじんペースト にんじん	じゃこ入りうどん うどん じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	にんじんグラッセ にんじん 油	チーズビスケット 小麦粉、棒チーズ バター、牛乳、油		
24 (水)	おかゆ	豆腐ペースト 豆腐	おろし煮 ほうれん草 りんご にんじん	おかゆ	煮奴 豆腐	おろし煮 ほうれん草 りんご にんじん	かぼちゃまんじゅう かぼちゃ かたくり粉
25 (木)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	ふうすく ふ、バター
26 (金)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	あべ川寒天 粉寒天 きな粉
27 (土)	おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	魚のすり流し 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	魚のソテー 白身魚 油	★じゃが芋のおやき じゃが芋、にんじん かたくり粉、白ごま		
29 (月)	おかゆ	ちりめん煮 じゃこ ふ	つぶし煮 じゃが芋 きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉
30 (火)	おかゆ	豆腐ペースト 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	煮奴 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	煮りんご りんご
31 (水)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 はくさい 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	魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	さつま芋スープ さつま芋 かたくり粉	にゅうめん そうめん こまつ菜

