

令和5年度

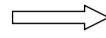
7月離乳食献立表



<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 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ	ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	アンパンマンのベビーせんべい
3 (月)	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	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 ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃのプリン風 かぼちゃ 粉寒天
4 (火)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	つぶし煮 じゃが芋 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	サイコロ煮 じゃが芋 こまつ菜 たまねぎ にんじん	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
5 (水)	おかゆ 豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	おかゆ 豆腐のソテー 豆腐 油	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	スティックポテト じゃが芋 油
6 (木)	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	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 きゃべつ たまねぎ にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	★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
7 (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	ふうすく ふ、バター
8 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚のあんかけ 白身魚 きゃべつ たまねぎ かたくり粉	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	魚のあんかけ 白身魚 きゃべつ たまねぎ かたくり粉	アンパンマンのベビーせんべい
10 (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	さつま芋スープ さつま芋 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	さつま芋スープ さつま芋 かたくり粉	手作りウインナー 豚ミンチ みそ
11 (火)	おかゆ 魚入りマッシュ 白身魚 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 魚のおやき 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	あべ川寒天 粉寒天 きな粉
12 (水)	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	さつま芋の甘煮 さつま芋
13 (木)	おかゆ じゃこのあんかけ じゃこ きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ にんじん 油	ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉
14 (金)	つぶしそうめん そうめん こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	豆腐のソテー 豆腐 油	じゃがバター じゃが芋、バター
15 (土)	おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚	おじや おかゆ こまつ菜 たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	★マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉

	初期		中期・後期		補食		
18 (火)	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	煮りんご りんご
19 (水)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
20 (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	チーズビスケット 小麦粉、棒チーズ バター、牛乳、油
21 (金)		つぶしそうめん そうめん ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	煮奴 豆腐	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レーズン
22 (土)		しらすがゆ おかゆ じゃこ	ベトベト煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん		しらすがゆ おかゆ じゃこ	やわらか煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	★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)
24 (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	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 きゃべつ たまねぎ にんじん	じゃが芋の角煮 じゃが芋	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
25 (火)	おかゆ	魚のあんかけ 白身魚 こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ かたくり粉	にんじんグラッセ にんじん 油	わらび餅のシロップかけ わらび粉
26 (水)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	おろし煮 ほうれん草 りんご にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	おろし煮 ほうれん草 りんご にんじん	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳 油
27 (木)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	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	豆腐のソテー 豆腐 油	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	ココロポテト じゃが芋 きな粉
28 (金)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ こまつ菜 たまねぎ にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	ぞうすい ごはん、にんじん チンゲン菜
29 (土)		ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	アンパンマンのベビーせんべい
31 (月)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい 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 はくさい たまねぎ にんじん	さつま芋の角煮 さつま芋	むしパン 小麦粉、バター 牛乳

