

令和5年度

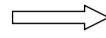
9月離乳食献立表



<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)	おかゆ	魚のすり流し 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	魚のソテー 白身魚 油	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	ふラスク ふ バター
2 (土)		豆腐がゆ おかゆ 豆腐	つぶし煮 じゃが芋 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	にゅうめん そうめん こまつ菜	
4 (月)	おかゆ	豆腐と野菜煮 豆腐 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	豆腐と野菜煮 豆腐 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	ブラマンジェ 牛乳 かたくり粉
5 (火)	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	レーズン入りビスケット 小麦粉、バター レーズン、油
6 (水)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	かぼちゃのマッシュ かぼちゃ	じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	かぼちゃの角煮 かぼちゃ	さつま芋スティック さつま芋 油	
7 (木)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 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	豆腐のソテー 豆腐 油	とろとろ煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	あべ川寒天 粉寒天 きな粉
8 (金)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 フロッコリー 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 フロッコリー たまねぎ にんじん	おやき じゃが芋 たまねぎ にんじん かたくり粉、油
9 (土)		あけぼのがゆ おかゆ にんじん	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	じゃこと野菜煮 じゃこ こまつ菜 たまねぎ	アンパンマンのベビーせんべい	
11 (月)	おかゆ	魚入りマッシュ 白身魚 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	魚のおやき 白身魚 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	手作りウィンナー 豚ミンチ みそ
12 (火)	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	マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
13 (水)		じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	さつま芋のマッシュ さつま芋	じゃこ入りそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	さつま芋の角煮 さつま芋	チーズビスケット 小麦粉 ピピチーズ バター、牛乳、油	
14 (木)	おかゆ	豆腐のあんかけ 豆腐 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	豆腐のあんかけ 豆腐 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	わらび餅のシロップかけ わらび粉
15 (金)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	つぶし煮 じゃが芋 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	サイコロ煮 じゃが芋 ほうれん草 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

	初期		中期・後期		補食
16 (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	ふかし芋 さつま芋
19 (火)	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	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 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	じゃが芋の角煮 じゃが芋	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
20 (水)	おかゆ 魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	ベトベト煮 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	りんごの寒天ゼリー りんご 粉寒天
21 (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	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
22 (金)	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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	さつま芋スープ さつま芋 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
25 (月)	おかゆ じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	おかゆ じゃこのおやき じゃこ じゃが芋 かたくり粉 油	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油
26 (火)	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	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 きゃべつ 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	牛乳寒天 牛乳 粉寒天
27 (水)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	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 魚のほぐし煮 白身魚	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
28 (木)	つぶしそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	煮込みそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉 きな粉
29 (金)	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	スイートポテト さつま芋 牛乳
30 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	魚のあんかけ 白身魚 チンゲン菜 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

