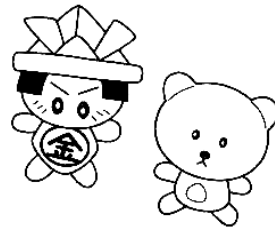


令和3年度

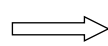
5月離乳食献立表



<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、煮汁でのばす。
 中期：柔らかく煮たものを粗くつぶし、煮汁でのばす。
 柔らかく煮たものを手づかみができる大きさに与える。

※ 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。



八尾市子ども若者部子ども施設運営課

	初 期		中 期 ・ 後 期		補 食 (後期)
1 (土)	おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚	おじや おかゆ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	魚のホイル焼 白身魚 油	
6 (木)	おかゆ ベトベト煮 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	むしパン 小麦粉、バター 牛乳、かぼちゃ
7 (金)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	おかゆ きざみ煮 高野豆腐	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
8 (土)	南瓜がゆ おかゆ かぼちゃ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	南瓜がゆ おかゆ かぼちゃ	おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	
10 (月)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	マッシュ さつま芋	おかゆ やわらか煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	角煮 さつま芋	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
11 (火)	おかゆ すり流し汁 白身魚	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のほぐし煮 白身魚	とろとろ煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉、きな粉
12 (水)	つぶしうどん うどん はくさい たまねぎ にんじん	豆腐ペースト 豆腐	煮込みうどん うどん はくさい たまねぎ にんじん	煮奴 豆腐	さつま芋のごま団子 さつま芋、白ごま
13 (木)	おかゆ おろし煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	ペースト煮 にんじん	おかゆ おろし煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ にんじん	人参グラッセ にんじん 油	スティックポテト じゃが芋
14 (金)	グリーンパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ	魚ペースト 白身魚	グリーンパン粥 食パン きゃべつ たまねぎ	呉汁 ゆで大豆	牛乳寒天 牛乳、粉寒天
15 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	豆腐と野菜煮 豆腐 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	豆腐と野菜煮 豆腐 こまつ菜 たまねぎ にんじん	
17 (月)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ふ	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ ちりめん煮 じゃこ ふ	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	チーズビスケット 小麦粉、チーズ バター、牛乳
18 (火)	おかゆ とろとろ煮 白身魚 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	おかゆ 魚のスープ煮 白身魚 ほうれん草 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	かぼちゃのきんつば かぼちゃ、小麦粉

19 (水)	おかゆ じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	ベトベト煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 納豆のポテト煮 納豆 じゃが芋	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
20 (木)	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	カボチャスープ かぼちゃ 粉ミルク	上新粉クッキー 小麦粉、上新粉 レーズン
21 (金)	つぶしうどん うどん ほうれん草 たまねぎ にんじん	魚ペースト 白身魚	煮込みうどん うどん ほうれん草 たまねぎ にんじん	魚のホイル焼 白身魚 油	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋
22 (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	
24 (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	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	ふラスク ふ、バター
25 (火)	おかゆ おろし煮 じゃこ こまつ菜 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 おろし煮 じゃこ こまつ菜 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	コロコロポテト じゃが芋、きな粉
26 (水)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	わらび餅のシロップかけ わらび粉
27 (木)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	ベトベト煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	おかゆ 呉汁 ゆで大豆	やわらか煮 こまつ菜 たまねぎ にんじん	スイートポテト さつま芋、牛乳
28 (金)	つぶしそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	マッシュ じゃが芋	煮込みそうめん そうめん じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	ごままぶし じゃが芋 ごまP	手作りウインナー 豚ミンチ、みそ
29 (土)	さつま芋がゆ おかゆ さつま芋	魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	さつま芋がゆ おかゆ さつま芋	魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	
31 (月)	おかゆ 豆腐ペースト 豆腐	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ 煮奴 豆腐	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	かぼちゃプリン風 かぼちゃ、粉寒天

