

令和5年度

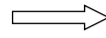
2月離乳食献立表



<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お願ひします。

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 (木)	おかゆ	魚ペースト 白身魚	つぶし煮 じゃが芋 チンゲン菜 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 チンゲン菜 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
2 (金)	おかゆ	ペースト煮 高野豆腐	ベトベト煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ	きざみ煮 高野豆腐	やわらか煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	★鬼まんじゅう さつま芋 小麦粉、上新粉
3 (土)	おじや おかゆ ほうれん草 たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	おじや おかゆ ほうれん草 たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	アンパンマンのベビーせんべい		
5 (月)	おかゆ	豆腐のすり流し 豆腐 かたくり粉	とろとろ煮 はくさい 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 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	かぼちゃボール かぼちゃ、小麦粉 バター、牛乳、油
6 (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	★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース
7 (水)	おかゆ	じゃこのあんかけ じゃこ フロッコリー 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	じゃこのあんかけ じゃこ フロッコリー たまねぎ にんじん かたくり粉	じゃが芋の角煮 じゃが芋	チーズビスケット 小麦粉、ビビチーズ バター、牛乳、油
8 (木)	つぶしそうめん そうめん きゃべつ 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 きゃべつ たまねぎ にんじん	魚のほぐし煮 白身魚	あべ川寒天 粉寒天、きな粉		
9 (金)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ ほうれん草 たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ、レーズン
10 (土)	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	ベトベト煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	じゃが芋の煮ころがし じゃが芋		
13 (火)	おかゆ	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 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	魚と野菜煮 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん	ポテトスープ じゃが芋 かたくり粉	マカロニあべ川 ツイストマカロニ きな粉
14 (水)	おかゆ	豆腐ペースト 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	煮奴 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	むしパン 小麦粉、バター 牛乳
15 (木)	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	大根のつぶし煮 だいこん	おかゆ	じゃこと野菜煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	大根のやわらか煮 だいこん	わらび餅のシロップかけ わらび粉

	初期		中期・後期		補食
16 (金)	つぶしそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	魚のすり流し 白身魚 かたくり粉	煮込みそうめん そうめん はくさい たまねぎ にんじん	魚のソテー 白身魚 油	じゃがバター じゃが芋、バター
17 (土)	さつまいがゆ おかゆ さつまい	豆腐のあんかけ 豆腐 こまつ菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	さつまいがゆ おかゆ さつまい	豆腐のあんかけ 豆腐 こまつ菜 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
19 (月)	おかゆ じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	バトバト煮 しろ菜 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 しろ菜 たまねぎ にんじん	ふラスク ふ、バター
20 (火)	おかゆ 魚ペースト 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	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	ごまクッキー 小麦粉、バター、牛乳 白ごま、油
21 (水)	おかゆ じゃこと野菜煮 じゃこ ブロッコリー たまねぎ にんじん	さつまいのマッシュ さつまい	おかゆ じゃこと野菜煮 じゃこ ブロッコリー たまねぎ にんじん	さつまいの角煮 さつまい	かたくり粉のきな粉かけ かたくり粉、きな粉
22 (木)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ	にんじんペースト にんじん	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 きゃべつ たまねぎ	にんじんグラッセ にんじん 油	スティックポテト じゃが芋、油
24 (土)	魚がゆ おかゆ 白身魚	おろし煮 きゃべつ だいこん にんじん	魚がゆ おかゆ 白身魚	おろし煮 きゃべつ だいこん にんじん	お麩そうめん そうめん、麩
26 (月)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	つぶし煮 じゃが芋 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ きざみ煮 高野豆腐	サイコロ煮 じゃが芋 ほうれん草 たまねぎ にんじん	ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉
27 (火)	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	そうすい ごはん、にんじん ほうれん草
28 (水)	おかゆ 魚と野菜煮 白身魚 はくさい 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 魚と野菜煮 白身魚 はくさい たまねぎ にんじん	かぼちゃスープ かぼちゃ かたくり粉	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
29 (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	上新粉クッキー 上新粉、小麦粉 レーズン、油

