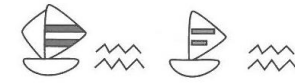


令和3年度

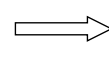
7月離乳食献立表



<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きで与える。

※ 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 (後期)
1 (木)	おかゆ すり流し汁 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	豆腐ステーキ 豆腐 かたくり粉 油	やわらか煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん	中期に準じる		ふらスク ふ、バター	
2 (金)	おかゆ 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	魚と野菜煮 マッシュ かぼちゃ	魚と野菜煮 白身魚 きゃべつ たまねぎ にんじん	角煮 かぼちゃ	中期に準じる		かたくり粉の きな粉かけ かたくり粉 きな粉	
3 (土)	しらすがゆ おかゆ じゃこ	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	しらすがゆ おかゆ じゃこ	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる			
5 (月)	おかゆ 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	豆腐のあんかけ ポテトスープ さつまいも かたくり粉	おかゆ 豆腐 きゃべつ たまねぎ にんじん かたくり粉	角煮 さつまいも	中期に準じる		★手作り むしパン 小麦粉、バター 牛乳、甘納豆	
6 (火)	おかゆ 白身魚 きゃべつ たまねぎ かたくり粉	とろとろ煮 ペースト煮 にんじん	おかゆ 白身魚 きゃべつ たまねぎ かたくり粉	魚のスープ煮 人参グラッセ にんじん 油	中期に準じる		上新粉クッキー 小麦粉、上新粉 レーズン、油	
7 (水)	つぶしそうめん そうめん じゃこ こまつ菜 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 こまつ菜 たまねぎ にんじん	ごままぶし じゃが芋 ごま	中期に準じる		ブラマンジェ 牛乳、かたくり粉	
8 (木)	おかゆ すり流し汁 白身魚 かたくり粉	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のほぐし煮 白身魚	おろし煮 はくさい たまねぎ にんじん	中期に準じる		★ぶどうゼリー ゼリー ぶどうジュース	
9 (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 かたくり粉	おかゆ 呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	とろとろ煮 チンゲン菜 たまねぎ にんじん かたくり粉	中期に準じる		さつまいもの甘煮 さつまいも	
10 (土)	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	ベトベト煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	ポテトがゆ おかゆ じゃが芋	やわらか煮 じゃこ はくさい たまねぎ にんじん	中期に準じる			
12 (月)	おかゆ おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	マッシュ かぼちゃ	おかゆ おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ にんじん	角煮 かぼちゃ	中期に準じる		レーズン入り ビスケット 小麦粉、バター レーズン、油	
13 (火)	おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐 ほうれん草 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 ほうれん草 たまねぎ にんじん	りんご煮 りんご	中期に準じる		わらび餅の アップかけ わらび粉	
14 (水)	おかゆ ベトベト煮 じゃこ ふ	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 ちりめん煮 じゃこ ふ	とろとろ煮 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	中期に準じる		スティック ポテト じゃが芋、油	
15 (木)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	おろし煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のホイル焼 白身魚 油	おろし煮 ほうれん草 たまねぎ にんじん	中期に準じる		かぼちゃ プリン風 かぼちゃ 粉寒天	

16 (金)	つぶしうどん うどん はくさい たまねぎ にんじん	じゃこ入りマッシュ じゃこ じゃが芋	煮込みうどん うどん はくさい たまねぎ にんじん	納豆入りおやき 納豆 じゃが芋 かたくり粉 油	中期に準じる	手作りウインナー 豚ミンチ、みそ
17 (土)	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	ペースト煮 高野豆腐	おじや おかゆ きゃべつ たまねぎ にんじん	きざみ煮 高野豆腐	中期に準じる	
19 (月)	おかゆ すり流し汁 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 魚のほぐし煮 白身魚	やわらか煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる	★豆腐スコーン 豆腐、小麦粉 牛乳、バター いちごジャム
20 (火)	つぶしうどん うどん じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	マッシュ さつま芋	煮込みうどん うどん じゃこ チンゲン菜 たまねぎ にんじん	角煮 さつま芋	中期に準じる	牛乳寒天 牛乳 粉寒天
21 (水)	おかゆ ペースト煮 高野豆腐	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 呉汁 ゆで大豆 かたくり粉	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる	ココロポテト じゃが芋、きな粉
24 (土)	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	つぶし煮 こまつ菜 じゃが芋 たまねぎ にんじん	豆腐がゆ おかゆ 豆腐	サイコロ煮 こまつ菜 じゃが芋 たまねぎ にんじん	中期に準じる	
26 (月)	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	味噌汁 かぼちゃ 粉ミルク	おかゆ 豆腐のあんかけ 豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん かたくり粉	味噌汁 かぼちゃ 粉ミルク	中期に準じる	あべ川寒天 粉寒天、きな粉
27 (火)	おかゆ おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	ペースト煮 にんじん	おかゆ おろし煮 じゃこ きゃべつ たまねぎ	人参グラッセ にんじん 油	中期に準じる	★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
28 (水)	おかゆ 魚とホイルのマッシュ 白身魚 じゃが芋	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 かわりコロケ 白身魚 じゃが芋 かたくり粉 油	とろとろ煮 はくさい たまねぎ にんじん かたくり粉	中期に準じる	チーズビスケット 小麦粉、 ピピピチーズ バター、牛乳、油
29 (木)	つぶしそうめん そうめん ほうれん草 たまねぎ にんじん	ベトベト煮 じゃこ ふ	煮込みそうめん そうめん ほうれん草 たまねぎ にんじん	ちりめん煮 じゃこ ふ	中期に準じる	かぼちゃの茶巾 かぼちゃ レースン
30 (金)	おかゆ 魚ペースト 白身魚	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	おかゆ 魚のホイル焼 白身魚 油	おろし煮 きゃべつ たまねぎ にんじん	中期に準じる	じゃがバター じゃが芋、バター
31 (土)	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ	あけぼのがゆ おかゆ にんじん	豆腐と野菜煮 豆腐 チンゲン菜 たまねぎ	中期に準じる	

