



令和2年 4月

きゅうしょくだより

箕面市立保育所

日付	10時	給食		3時
		献立名	主な食品	
1 (水)	せんべい みかんジュース	弁当日		牛乳 ビスケット いりこ
2 (木)	牛乳 せんべい	ハヤシライス はくさいの炒め漬け	米、牛肉、じゃがいも、たまねぎ、人参、たまねぎ、ブイ ントマトケチャップ、ウスターソース、グリーンピース (冷)、上新粉等 / はくさい、きゅうり等	牛乳 りんご ビスケット
3 17 (金)	牛乳 おかき	ごはん 新じゃがいものそぼろ煮 味噌汁	米 / 新じゃがいも、人参、たまねぎ、牛ひき肉、さやえ んどう、さば節等 / ほうれん草、豆腐、さば節、味噌、葉 ねぎ等	牛乳 いよかん 源氏パイ
4 18 (土)	牛乳 りんご	炊き込みごはん 味噌汁	米、鶏肉、人参、こんにゃく、しめじ、油揚げ、さば節等 / 切干し大根、さつまいも、小松菜、さば節、味噌等	牛乳 いもパン いりこ
6 (月)	牛乳 いちご	ごはん 煮魚 添え野菜 味噌汁	米 / カラスガレイ、だし昆布、しょうが等 / ほうれん 草、はくさい等 / じゃがいも、人参、油揚げ、葉ねぎ、さ ば節、味噌等	牛乳 くず餅
7 (火)	牛乳 りんご	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 味噌汁	米 / 鶏肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、グリーンピース、 さば節等 / 大根、豆腐、乾燥わかめ、さば節、味噌等	牛乳 エコまぜごはん
8 22 (水)	牛乳 おかき	ごはん 肉団子のスープ 炒めサラダ	米 / 鶏ひき肉、片栗粉、しょうが、人参、たまねぎ、キャ ベツ、生しいたけ、チンゲンツアイ、ブイヨン等 / 小松 菜、えのきたけ、ボンレスハム等	牛乳 ソースオレンジ おかき
9 23 (木)	牛乳 せんべい	ごはん 炒め豆腐 味噌汁 甘夏みかん	米 / 豆腐、豚肉、たまねぎ、人参、干しいたけ、グリーン ピース、さば節、片栗粉等 / 大根、はくさい、乾燥わか め、さば節、味噌等 / 甘夏みかん	牛乳 焼芋
10 24 (金)	牛乳 清見オレンジ	ごはん 魚のケチャップ焼き 添え野菜 野菜スープ	米 / さけ、トマトケチャップ、たまねぎ等 / キャベツ、 人参、たまねぎ、さやいんげん等 / ベーコン、チンゲ ンツアイ、人参、緑豆もやし、ブイヨン等	牛乳 ジャムクラッカー
11 25 (土)	牛乳 おかき	鶏の照煮丼 すまし汁 いよかん	米、鶏肉、たまねぎ、人参、ほうれん草等 / (絹)豆腐、し めじ、糸みつば、さば節等 / 伊予かん	牛乳 パンパン いりこ
13 27 (月)	牛乳 せんべい	ごはん 切り干し大根のいり煮 味噌汁	米 / 切干し大根、人参、干しいたけ、油揚げ、鶏ひき 肉、さば節等 / さつまいも、たまねぎ、乾燥わかめ、さ ば節、味噌等	牛乳 ソースオレンジ クラッカー
14 28 (火)	牛乳 おかき	ごはん ポトフ おかき煮 いよかん	米 / フランクフルト、豚肉、じゃがいも、人参、大根、たま ねぎ、さやいんげん、ブイヨン等 / キャベツ、グリーン アスパラ、花かつお等 / 伊予かん	牛乳 ひじきごはん
15 (水) 30 (木)	牛乳 りんご	ごはん ぶりの照り焼き 添え野菜 味噌汁	米 / プリ等 / ほうれん草、人参等 / 豆腐、さつまい も、たまねぎ、えのきたけ、葉ねぎ、味噌等	牛乳 アップルパン おやつ昆布
20 (月)	牛乳 いちご	えんどうごはん 煮魚 添え野菜 味噌汁	米、グリーンピース等 / カラスガレイ、だし昆布、しょうが 等 / ほうれん草、はくさい等 / じゃがいも、人参、油 揚げ、葉ねぎ、さば節、味噌等	牛乳 くず餅
21 (火)	牛乳 りんご	ハヤシライス はくさいの炒め漬け	米、牛肉、じゃがいも、たまねぎ、人参、たまねぎ、ブイ ントマトケチャップ、ウスターソース、グリーンピース (冷)、上新粉等 / はくさい、きゅうり等	牛乳 コーンのもちもち揚げ
誕生会 16 (木)	牛乳 おかき	筍ごはん ミートローフ 煮びたし すまし汁、清見オレンジ	米、たけのこ、油揚げ、さば節等 / 牛ひき肉、豚ひき 肉、たまねぎ、人参、じゃがいも、豆腐、トマトケチャップ、 ウスターソース / キャベツ、人参、コーン(冷)等 / 焼 ふ、乾燥わかめ、さば節、糸みつば等 / 清見オレンジ	牛乳 黒糖蒸パン



月平均栄養価(3歳以上児) エネルギー 603kcal
月平均栄養価(3歳未満児) エネルギー 518kcal

たんぱく質 22.4g 脂質 16.6g
たんぱく質 19.7g 脂質 14.9g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

