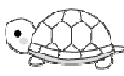




令和3年 4月

箕面市立保育所

| 日付               | 昼                                                                                                    |                                                  | 3時                                                                                                     |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                  | 献立名                                                                                                  | 主な食品                                             |                                                                                                        |
| 1<br>(木)         | 弁当日                |                                                  | りんご果汁<br>トースト                                                                                          |
| 2<br>30<br>(金)   | おかゆ<br>旨煮<br>煮浸し                                                                                     | 米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布等 / はくさい,だし昆布等        | りんご<br>じゃがいもおやき                                                                                        |
| 3<br>17<br>(土)   | おかゆ<br>旨煮<br>りんご                                                                                     | 米 / 鶏肉,凍り豆腐,切干し大根,小松菜,人参,さつまいも,だし昆布等 / りんご       | コッペパン               |
| 5<br>(月)         | おかゆ<br>白身魚の煮付け<br>野菜の旨煮                                                                              | 米 / 白身魚,はくさい,だし昆布等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,だし昆布等        | サウスオレンジ<br>トースト                                                                                        |
| 6<br>20<br>(火)   | おかゆ<br>旨煮<br>野菜の旨煮  | 米 / 鶏肉,豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布等 / 大根,だし昆布等         | りんご<br>おじや                                                                                             |
| 7<br>21<br>(水)   | おかゆ<br>高野豆腐のつぶし煮<br>煮浸し                                                                              | 米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,キャベツ,だし昆布等 / 小松菜,だし昆布等     | いよかん<br>おじや                                                                                            |
| 8<br>22<br>(木)   | おかゆ<br>旨煮<br>煮浸し                                                                                     | 米 / 豆腐,たまねぎ,人参,大根,だし昆布等 / はくさい,だし昆布等             | いちご<br>やわらかくずもち                                                                                        |
| 9<br>23<br>(金)   | おかゆ<br>白身魚の煮付け<br>煮浸し                                                                                | 米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布等 / キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布等          | 清見オレンジ<br>ジャムサンド  |
| 10<br>24<br>(土)  | おかゆ<br>旨煮<br>いよかん                                                                                    | 米 / 鶏肉,(絹)豆腐,たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布等 / 伊予かん          | ドイツパン                                                                                                  |
| 12<br>26<br>(月)  | おかゆ<br>高野豆腐の旨煮<br>煮浸し                                                                                | 米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,切干し大根,たまねぎ,人参,だし昆布等 / さつまいも,だし昆布等  | 清見オレンジ<br>野菜の味噌汁                                                                                       |
| 13<br>27<br>(火)  | おかゆ<br>旨煮<br>煮浸し  | 米 / 凍り豆腐,じゃがいも,大根,人参,だし昆布等 / グリーンアスパラ,キャベツ,だし昆布等 | いよかん<br>ふかしいも                                                                                          |
| 14<br>28<br>(水)  | おかゆ<br>野菜の旨煮<br>野菜の味噌汁                                                                               | 米 / 新じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布等 / 豆腐,ほうれん草,だし昆布,味噌等     | サウスオレンジ<br>ゆでじゃが                                                                                       |
| 16<br>(金)        | おかゆ<br>白身魚の煮付け<br>煮浸し                                                                                | 米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布等 / ほうれん草,人参,だし昆布等              | いちご<br>さつまいものおやき                                                                                       |
| 19<br>(月)        | おかゆ<br>白身魚の煮付け<br>野菜の旨煮                                                                              | 米 / 白身魚,はくさい,だし昆布等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,だし昆布等        | サウスオレンジ<br>トースト   |
| 誕生会<br>15<br>(木) | おかゆ<br>麴の煮物<br>煮浸し                                                                                   | 米 / 豆腐,焼ふ,たまねぎ,人参,だし昆布等 / キャベツ,だし昆布等             | 清見オレンジ<br>卵ぬき蒸しパン                                                                                      |

月平均栄養価

エネルギー 240kcal たんぱく質 8.1g 脂質 3.1g

○上記以外にミルクがつきます。

○献立は諸事情により、変更することがあります。

