

令和4年 12月

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
12月2日(金) 12月16日(金)	おかゆ 野菜の旨煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,大根,人参,だし昆布 等/ キャベツ,だし昆布 等	りんご コッペパン
12月3日(土) 12月17日(土)	おかゆ 旨煮 みかん	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ みかん	食パン
12月5日(月) 12月19日(月)	おかゆ 野菜の旨煮 きざみ煮	 米 / 凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布 等/ じゃがいも,だし昆布 等	みかん おじや
12月6日(火) 12月20日(火)	おかゆ 柔らか煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布 等/ キャベツ,だし昆布 等	みかん お好みおやき
12月7日(水) 12月21日(水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,大根,人参,だし昆布 等/ はくさい,だし昆布 等	みかん おじや
12月8日(木)	おかゆ 旨煮 柔らか煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ じゃがいも,だし昆布 等	りんご 煮込みうどん
12月9日(金) 12月23日(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等/ じゃがいも,はくさい,人参,だし昆布 等	りんご おじや
12月10日(土) 12月24日(土)	おかゆ そばろ煮 みかん	 米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,ほうれん草,人参,だし昆布 等/ みかん	ドイツパン
12月12日(月) 12月26日(月)	おかゆ 白菜のスープ煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,はくさい,人参,ほうれん草,たまねぎ,だし昆布 等/ 大根,きゅうり,だし昆布 等	りんご だいこんのお焼き
12月13日(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,ほうれん草,だし昆布 等/ 大根,人参,たまねぎ,だし昆布 等	りんご やわらかにんじんくずもち
12月14日(水)	おかゆ 旨煮 味噌汁	米 / 鶏肉,凍り豆腐,人参,大根,だし昆布 等/ じゃがいも,たまねぎ,だし昆布,味噌 等	みかん じゃがいものおやき
12月15日(木) 12月27日(火)	おかゆ 旨煮 柔らか煮	米 / 鶏肉,凍り豆腐,人参,大根,だし昆布 等/ はくさい,ほうれん草,だし昆布 等	みかん ゆでじゃが
12月28日(水)	おかゆ 旨煮 柔らか煮	 米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ 切干し大根,人参,だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき
お楽しみ会 12月22日(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / ささ身,凍り豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ キャベツ,だし昆布 等	りんご にんじん蒸しパン
誕生会 12月1日(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / (絹)豆腐,じゃがいも,ほうれん草,だし昆布 等/ はくさい,きゅうり,だし昆布 等	りんご 蒸しパン



月平均栄養価

エネルギー 229kcal たんぱく質 7.1g 脂質 2.6g

○上記以外にミルクがつかます。
○献立は諸事情により、変更することがあります。

