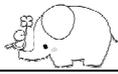


日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
4月1日(土)	弁当日 		りんご果汁 食パン
4月3日(月) 4月17日(月)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ はくさい,きゅうり,だし昆布 等	りんご じゃがいもおやき
4月4日(火) 4月18日(火)	おかゆ 旨煮 味噌汁 	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ キャベツ,たまねぎ,ほうれん草,だし昆布,味噌 等	りんご おじや 
4月5日(水) 4月19日(水)	おかゆ 豆腐の旨煮 煮浸し	米 / (絹)豆腐,人参,ほうれん草,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	ソースオレンジ お好みおやき
4月6日(木) 4月20日(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布 等	りんご 食パン
4月7日(金) 4月21日(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	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,味噌 等	りんご やわらかにんじんくずもち
4月8日(土) 4月22日(土)	おかゆ 旨煮 甘夏みかん 	米 / 鶏肉,凍り豆腐,さつまいも,人参,切干し大根,だし昆布 等 / 甘夏みかん	コッペパン
4月10日(月) 4月24日(月)	おかゆ 新じゃがいものそぼろ煮 野菜の味噌汁	米 / 牛ひき肉,新じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / (絹)豆腐,たまねぎ,ほうれん草,だし昆布,味噌 等	りんご ゆでじゃが 
4月11日(火) 4月25日(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,人参,たまねぎ,ほうれん草,だし昆布,味噌 等	はっさく おじや
4月12日(水) 4月26日(水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,大根,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	いよかん だいこんのお焼き
4月14日(金) 4月28日(金)	おかゆ 旨煮 味噌汁	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,きゅうり,だし昆布 等 / さつまいも,たまねぎ,だし昆布,味噌 等	デコボン おじや
4月15日(土)	おかゆ 旨煮 清見オレンジ 	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布 等 / 清見オレンジ	ドイツパン
4月27日(木)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,大根,たまねぎ,人参,だし昆布,味噌 等 / じゃがいも,ほうれん草,だし昆布 等	清見オレンジ おやき
誕生会 4月13日(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 豚ひき肉,豆腐,じゃがいも,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 蒸しパン 

月平均栄養価 エネルギー 242kcal たんぱく質 7.9g 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。

箕面市の食育について

市では、次の『3つのアクション』を中心に食育をすすめています。

- ①「朝食宣言！」毎日食べます「朝ごはん」
- ②「食は健康！」野菜たっぷり「バランスごはん」
- ③「お米習慣！」旬と味わう「お米のごはん」

\*みんなで取り組む、この『3つのアクション』についても掲載していきます。



ごまんマン