





令和6年 6月 献立表



箕面市立保育所・認定こども園給食

日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
1(土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん,味噌汁, サウスオレンジ	牛乳 エコおにぎり	牛乳,鶏肉,油揚げ,さば節	せんべい,米,しらたき,じゃがいも, 三温糖	人参,しめじ,たまねぎ,ほうれん 草,サウスオレンジ	塩,しょうゆ,赤味噌,白味噌,さば 節,本みりん
3(月)	牛乳 せんべい	ふりかけごはん,煮魚,茹で 野菜,味噌汁	牛乳 りんご,せんべい	牛乳,カラスガレイ,油揚げ,さば節	せんべい,米,三温糖	しょうが,小松菜,人参,たまねぎ, はくさい,葉ねぎ,りんご	ふりかけ,だし昆布,しょうゆ,本み りん,塩,赤味噌,白味噌
4(火)	牛乳 甘夏みかん	ごはん,肉じゃが,炒めサラ ダ	牛乳 かりんとう 	牛乳,牛肉,さば節	米,しらたき,じゃがいも,サラダ油, 三温糖,小麦粉	甘夏みかん,人参,たまねぎ,グリン ピース(冷),キャベツ	しょうゆ,塩
5(水)	牛乳 甘夏みかん	ごはん,エコふりかけ,高野 豆腐の旨煮,味噌汁	牛乳 五平餅	牛乳,鶏肉,凍り豆腐,さば節	米,三温糖,じゃがいも,サラダ油	甘夏みかん(缶),たまねぎ,人参, 干しいたけ,さやいんげん,切干し 大根,ほうれん草,茄子	さば節,しょうゆ,本みりん,赤味噌, 白味噌
6(木)	牛乳 せんべい	ごはん,みそ焼き肉,すまし 汁,サウスオレンジ	コーンフレークの牛乳かけ	牛乳,豚肉,(絹)豆腐,さば節	せんべい,米,サラダ油,三温糖, コーンフレーク	人参,たまねぎ,なら,緑豆もやし, キャベツ,葉ねぎ,サウスオレンジ, みかん(缶)	しょうゆ,赤味噌,本みりん,塩
7(金)	牛乳 りんご	ごはん,照り焼き魚,じゃが いもきんぴら,味噌汁	牛乳 カレーうどん	牛乳,すずき,油揚げ,さば節,牛肉	米,三温糖,サラダ油,じゃがいも, うどん,片栗粉	りんご,人参,さやいんげん,茄子, たまねぎ,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味 噌,カレー粉,塩
8(土)	牛乳 せんべい	豚丼,味噌汁,甘夏みかん	牛乳 しそおにぎり	牛乳,豚肉,さば節	せんべい,米,サラダ油,三温糖,さ つまいも	たまねぎ,人参,糸みつば,小松菜, 葉ねぎ,甘夏みかん	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味 噌,ゆかり
10(月)	牛乳 せんべい	ごはん,チャンチャン焼風, すまし汁,甘夏みかん	牛乳 焼芋 	牛乳,さけ,さば節,(絹)豆腐	せんべい,米,三温糖,サラダ油,さ つまいも	キャベツ,人参,ピーマン,しめじ,ほ うれん草,甘夏みかん	塩,赤味噌,しょうゆ
11(火)	牛乳 せんべい	ごはん,ささみの天ぷら,煮 浸し,味噌汁	牛乳 りんご,おかき	牛乳,ささ身,さば節	せんべい,米,小麦粉,片栗粉,サラ ダ油,三温糖,さつまいも	ほうれん草,人参,たまねぎ,糸み つば,りんご	ゆかり,しょうゆ,赤味噌,白味噌, おかき
12(水)	牛乳 せんべい	ひき肉カレー,グリーンアス パラの煮びたし,サウスオ レンジ	牛乳 りんごゼリー,米ポン菓子	牛乳,牛ひき肉,花かつお	せんべい,米,じゃがいも,サラダ 油,上新粉,米ポン菓子	たまねぎ,人参,グリンピース(冷), にんにく,しょうが,グリーンアスパ ラ,キャベツ,サウスオレンジ	塩,カレー粉,ブイオン,トマトケ チャップ,ウスターソース,しょうゆ, チャツネ,りんごゼリー
13(木)	牛乳 せんべい	ごはん,魚のフライ,ソース, 茹で野菜,野菜スープ,甘 夏みかん	牛乳 お米のケーキ	牛乳,カラスガレイ,わかめ	せんべい,米,小麦粉,パン粉,サラ ダ油,上新粉,三温糖,粉糖	キャベツ,きゅうり,コーン(冷),大 根,たまねぎ,人参,甘夏みかん (缶),りんご	塩,ウスターソース,トマトケチャ ップ,ブイオン,しょうゆ,ベーキングパ ウダー
14(金)	牛乳 桃	ごはん,チキンのオープン 焼き,甘酢きゅうり,じゃが いもと玉ねぎのスープ	牛乳 ひじきごはん	牛乳,鶏肉,ロースハム,ひじき,油 揚げ	米,サラダ油,三温糖,じゃがいも	桃,たまねぎ,キャベツ,人参,チン ゲンツアイ	塩,トマトケチャップ,酢,ブイオン, しょうゆ,ゆかり
15(土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん,味噌汁, サウスオレンジ	牛乳 エコおにぎり	牛乳,鶏肉,油揚げ,さば節	せんべい,米,しらたき,じゃがいも, 三温糖	人参,しめじ,たまねぎ,ほうれん 草,サウスオレンジ	塩,しょうゆ,赤味噌,白味噌,さば 節,本みりん

日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
17(月)	牛乳 せんべい	ふりかけごはん,煮魚,茹で野菜,味噌汁	牛乳 りんご,せんべい	牛乳,カラスガレイ,油揚げ,さば節	せんべい,米,三温糖	しょうが,小松菜,人参,たまねぎ,はくさい,葉ねぎ,りんご	ふりかけ,だし昆布,しょうゆ,本みりん,塩,赤味噌,白味噌
18(火)	牛乳 甘夏みかん	ごはん,肉じゃが,炒めサラダ	牛乳 かりんとう	牛乳,牛肉,さば節	米,しらたき,じゃがいも,サラダ油,三温糖,小麦粉	甘夏みかん,人参,たまねぎ,グリーンピース(冷),キャベツ	しょうゆ,塩
19(水)	牛乳 りんご	ごはん,エコふりかけ,高野豆腐の旨煮,味噌汁	牛乳 五平餅	牛乳,鶏肉,凍り豆腐,さば節	米,三温糖,じゃがいも,サラダ油	りんご,たまねぎ,人参,干しいたけ,さやいんげん,切干し大根,ほうれん草,茄子	さば節,しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
20(木)	牛乳 せんべい	ごはん,みそ焼き肉,すまし汁,サウスオレンジ	コーンフレークの牛乳かけ	牛乳,豚肉,(絹)豆腐,さば節	せんべい,米,サラダ油,三温糖,コーンフレーク	人参,たまねぎ,にら,緑豆もやし,キャベツ,葉ねぎ,サウスオレンジ,みかん(缶)	しょうゆ,赤味噌,本みりん,塩
21(金)	牛乳 りんご	ごはん,照り焼き魚,じゃがいもきんぴら,味噌汁	牛乳 カレーうどん	牛乳,すずき,油揚げ,さば節,牛肉	米,三温糖,サラダ油,じゃがいも,うどん,片栗粉	りんご,人参,さやいんげん,茄子,たまねぎ,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌,カレー粉,塩
22(土)	牛乳 せんべい	豚丼,味噌汁,甘夏みかん	牛乳 しそおにぎり	牛乳,豚肉,さば節	せんべい,米,サラダ油,三温糖,さつまいも	たまねぎ,人参,系みつば,小松菜,葉ねぎ,甘夏みかん	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌,ゆかり
24(月)	牛乳 せんべい	ごはん,チャンチャン焼風,すまし汁,甘夏みかん	牛乳 焼芋	牛乳,さけ,さば節,(絹)豆腐	せんべい,米,三温糖,サラダ油,さつまいも	キャベツ,人参,ピーマン,しめじ,ほうれん草,甘夏みかん	塩,赤味噌,しょうゆ
25(火)	牛乳 せんべい	ごはん,ささみの天ぷら,煮浸し,味噌汁	牛乳 りんご,おかき	牛乳,ささ身,さば節	せんべい,米,小麦粉,片栗粉,サラダ油,三温糖,さつまいも	ほうれん草,人参,たまねぎ,系みつば,りんご	ゆかり,しょうゆ,赤味噌,白味噌,おかき
26(水)	牛乳 せんべい	ひき肉カレー,グリーンアスパラの煮びたし,サウスオレンジ	牛乳 りんごゼリー,米ポン菓子	牛乳,牛ひき肉,花かつお	せんべい,米,じゃがいも,サラダ油,上新粉,米ポン菓子	たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),にんにく,しょうが,グリーンアスパラ,キャベツ,サウスオレンジ	塩,カレー粉,ブイヨン,トマトケチャップ,ウスターソース,しょうゆ,チャツネ,りんごゼリー
27(木)	牛乳 甘夏みかん	ごはん,チキンのオープン焼き,甘酢きゃべつ,じゃがいもと玉ねぎのスープ	牛乳 水無月	牛乳,鶏肉,ロースハム,あずき	米,サラダ油,三温糖,じゃがいも,片栗粉,白玉粉,小麦粉	甘夏みかん(缶),たまねぎ,キャベツ,人参,チンゲンツアイ	塩,トマトケチャップ,酢,ブイヨン,しょうゆ
28(金)	牛乳 桃	ピビンパ,野菜スープ	牛乳 ひじきごはん	牛乳,牛肉,ひじき,油揚げ	米,三温糖,サラダ油	桃,切干し大根,にら,人参,緑豆もやし,ほうれん草,しょうが,レタス,たまねぎ	しょうゆ,酢,ブイヨン,塩,ゆかり
29(土)	牛乳 せんべい	牛丼,味噌汁,甘夏みかん	牛乳 ももゼリー,わかめおにぎり	牛乳,牛肉,さば節,油揚げ	せんべい,米,しらたき,サラダ油,三温糖,じゃがいも	たまねぎ,人参,ほうれん草,葉ねぎ,甘夏みかん(缶)	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌,ももゼリー,わかめおにぎり

月平均栄養価 (乳児) エネルギー 507kcal たんぱく質 21.0g 脂質 14.6g

月平均栄養価 (幼児) エネルギー 591kcal たんぱく質 23.5g 脂質 15.8g

\*献立は諸事情により、変更することがあります。

