






令和6年 10月 献立表(5・6か月頃)

箕面市立保育所・認定こども園給食

日付	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(火)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,みかん	だし昆布
2(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし つぶし煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,じゃがいも	大根,たまねぎ,人参,ほうれん草,りんご	だし昆布 
3(木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉	キャベツ,たまねぎ,はくさい,人参,りんご	だし昆布 
4(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 煮つぶし	りんご	白身魚	米,片栗粉,さつまいも	はくさい,人参,りんご	だし昆布
5(土)	つぶし粥 クタクタ煮 りんご	りんご果汁	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,ほうれん草,人参,りんご,りんご果汁	だし昆布
7(月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉	大根,人参,たまねぎ,はくさい,りんご	だし昆布
8(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	人参,たまねぎ,キャベツ,みかん	だし昆布
9(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし つぶし煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,じゃがいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布
10(木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,ほうれん草,みかん	だし昆布
11(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご	白身魚	米,片栗粉,じゃがいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布
12(土)	つぶし粥 野菜の旨煮 みかん	りんご果汁	(絹)豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,みかん,りんご果汁	だし昆布 
15(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	りんご	白身魚	米,片栗粉,じゃがいも	ほうれん草,人参,はくさい,りんご	だし昆布
16(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし つぶし煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,じゃがいも	大根,たまねぎ,人参,ほうれん草,りんご	だし昆布

日付	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(木)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,ほうれん草,みかん	だし昆布
18(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 煮つぶし	りんご	白身魚	米,片栗粉,さつまいも	はくさい,人参,りんご	だし昆布
19(土)	つぶし粥 クタクタ煮 りんご	りんご果汁 	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,ほうれん草,人参,りんご,りんご果汁	だし昆布
21(月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉	大根,人参,たまねぎ,はくさい,りんご	だし昆布
22(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	人参,たまねぎ,キャベツ,みかん	だし昆布
23(水)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,みかん	だし昆布
24(木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉	大根,たまねぎ,人参,キャベツ,りんご	だし昆布
25(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご	白身魚	米,片栗粉,じゃがいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布
26(土)	つぶし粥 野菜の旨煮 みかん	りんご果汁	(絹)豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,みかん,りんご果汁	だし昆布
28(月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 煮つぶし	みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,きゅうり,みかん	だし昆布
29(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	りんご	白身魚	米,片栗粉,じゃがいも	ほうれん草,人参,はくさい,りんご	だし昆布
30(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし つぶし煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,じゃがいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布
31(木)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,ほうれん草,みかん	だし昆布 

月平均栄養価 エネルギー 164kcal たんぱく質 5.1g 脂質 1.7g

*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。

