






令和6年12月 献立表(12~18か月頃)



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                       |
|-------|-----|------------------------------|---------------------------|-------------------|----------------------|--------------------------------|---------------------------|
| 2(月)  | 牛乳  | 軟飯<br>白菜のスープ煮<br>煮浸し         | みかん<br>だいこんのお焼き<br>牛乳     | 牛乳,鶏肉,凍り豆腐        | 米,三温糖,片栗粉,サラダ油       | はくさい,人参,ほうれん草,たまねぎ,大根,きゅうり,みかん | だし昆布,塩,しょうゆ               |
| 3(火)  | 牛乳  | 軟飯<br>白身魚の煮付け<br>野菜の旨煮       | りんご<br>おじや(全粥)<br>牛乳      | 牛乳,白身魚            | 米,三温糖,じゃがいも          | はくさい,たまねぎ,人参,りんご               | だし昆布,しょうゆ,塩               |
| 4(水)  | 牛乳  | 軟飯<br>じゃがいものそばろ煮<br>煮浸し      | りんご<br>お好みおやき<br>牛乳       | 牛乳,豚ひき肉,凍り豆腐      | 米,じゃがいも,三温糖,片栗粉,サラダ油 | 大根,人参,キャベツ,チンゲンツアイ,りんご         | だし昆布,しょうゆ                 |
| 5(木)  | 牛乳  | ケチャップライス<br>ささみの天ぷら<br>野菜スープ | りんご<br>さつまいものおやき<br>牛乳    | 牛乳,ささ身            | 米,片栗粉,サラダ油,さつまいも,三温糖 | たまねぎ,人参,キャベツ,チンゲンツアイ,りんご       | パイオン,塩,しょうゆ,トマトケチャップ,だし昆布 |
| 6(金)  | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>きざみ煮             | りんご<br>煮込みうどん<br>牛乳       | 牛乳,豚肉,凍り豆腐        | 米,三温糖,じゃがいも,うどん      | 人参,たまねぎ,りんご                    | だし昆布,しょうゆ,塩               |
| 7(土)  | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>みかん              | 牛乳<br>おじや(全粥)             | 牛乳,鶏肉,凍り豆腐        | 米,じゃがいも,三温糖          | たまねぎ,人参,ほうれん草,みかん              | だし昆布,しょうゆ                 |
| 9(月)  | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>煮浸し              | りんご<br>おじや<br>牛乳          | 牛乳,牛肉,凍り豆腐        | 米,じゃがいも,三温糖          | 人参,たまねぎ,キャベツ,小松菜,りんご           | だし昆布,しょうゆ,塩               |
| 10(火) | 牛乳  | 軟飯<br>白身魚の煮付け<br>野菜の旨煮       | りんご<br>やわらかにんじんくずもち<br>牛乳 | 牛乳,白身魚            | 米,三温糖,片栗粉            | ほうれん草,大根,人参,たまねぎ,りんご           | だし昆布,しょうゆ                 |
| 11(水) | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>柔か煮              | みかん<br>じゃがいものおやき<br>牛乳    | 牛乳,豚肉,凍り豆腐        | 米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油 | たまねぎ,人参,小松菜,みかん                | だし昆布,しょうゆ,塩               |
| 12(木) | 牛乳  | のりごはん<br>旨煮<br>味噌汁           | りんご<br>お好みおやき<br>牛乳       | 牛乳,きざみのり,豚肉,(絹)豆腐 | 米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油 | キャベツ,たまねぎ,人参,小松菜,大根,りんご        | だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌         |
| 13(金) | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>味噌汁              | りんご<br>さつまいものおやき<br>牛乳    | 牛乳,鶏肉,凍り豆腐        | 米,三温糖,さつまいも,片栗粉,サラダ油 | 大根,人参,はくさい,たまねぎ,小松菜,りんご        | だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌         |
| 14(土) | 牛乳  | 軟飯<br>そばろ煮<br>みかん            | おじや<br>牛乳                 | 牛乳,鶏ひき肉,凍り豆腐      | 米,さつまいも,三温糖          | たまねぎ,ほうれん草,人参,みかん              | だし昆布,しょうゆ                 |

| 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         | 体の調子をどとのえるもの                   | その他  |
|-------|-----|-------------------------|---|--------------|----------------------|--------------------------------|--|
| 16(月) | 牛乳  | 軟飯<br>白菜のスープ煮<br>煮浸し    | みかん<br>だいこんのお焼き<br>牛乳   | 牛乳,鶏肉,凍り豆腐   | 米,三温糖,片栗粉,サラダ油       | はくさい,人参,ほうれん草,たまねぎ,大根,きゅうり,みかん | だし昆布,塩,しょうゆ  |
| 17(火) | 牛乳  | 軟飯<br>白身魚の煮付け<br>野菜の旨煮  | りんご<br>おじや<br>牛乳  | 牛乳,白身魚       | 米,三温糖,じゃがいも          | はくさい,たまねぎ,人参,りんご               | だし昆布,しょうゆ,塩  |
| 18(水) | 牛乳  | 軟飯<br>じゃがいものそばろ煮<br>煮浸し | りんご<br>お好みおやき<br>牛乳   | 牛乳,豚ひき肉,凍り豆腐 | 米,じゃがいも,三温糖,片栗粉,サラダ油 | 大根,人参,キャベツ,チンゲンツアイ,りんご         | だし昆布,しょうゆ  |
| 19(木) | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>煮浸し         | りんご<br>じゃがいものおやき<br>牛乳  | 牛乳,(絹)豆腐     | 米,じゃがいも,三温糖,片栗粉,サラダ油 | ほうれん草,はくさい,きゅうり,りんご            | だし昆布,しょうゆ,塩  |
| 20(金) | 牛乳  | 軟飯<br>野菜の旨煮<br>煮浸し      | りんご<br>煮込みうどん<br>牛乳   | 牛乳,鶏肉,凍り豆腐   | 米,じゃがいも,三温糖,うどん      | 人参,大根,たまねぎ,はくさい,きゅうり,りんご       | だし昆布,しょうゆ,塩  |
| 21(土) | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>みかん         | 牛乳<br>おじや(全粥)<br>          | 牛乳,鶏肉,凍り豆腐   | 米,じゃがいも,三温糖          | たまねぎ,人参,ほうれん草,みかん              | だし昆布,しょうゆ  |
| 23(月) | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>煮浸し         | りんご<br>おじや(全粥)<br>牛乳  | 牛乳,牛肉,凍り豆腐   | 米,じゃがいも,三温糖          | 人参,たまねぎ,キャベツ,小松菜,りんご           | だし昆布,しょうゆ,塩  |
| 24(火) | 牛乳  | 軟飯<br>白身魚の煮付け<br>野菜の旨煮  | りんご<br>おじや(全粥)<br>牛乳  | 牛乳,白身魚       | 米,三温糖                | ほうれん草,大根,人参,たまねぎ,りんご           | だし昆布,しょうゆ  |
| 25(水) | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>柔か煮         | みかん<br>じゃがいものおやき<br>牛乳  | 牛乳,豚肉,凍り豆腐   | 米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油 | たまねぎ,人参,小松菜,みかん                | だし昆布,しょうゆ,塩  |
| 26(木) | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>味噌汁         | りんご<br>さつまいものおやき<br>牛乳  | 牛乳,鶏肉,凍り豆腐   | 米,三温糖,さつまいも,片栗粉,サラダ油 | 大根,人参,はくさい,たまねぎ,小松菜,りんご        | だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌  |
| 27(金) | 牛乳  | 軟飯<br>旨煮<br>煮浸し         | りんご<br>おじや(全粥)<br>牛乳<br> | 牛乳,凍り豆腐      | 米,じゃがいも,三温糖          | たまねぎ,人参,切干し大根,りんご              | だし昆布,しょうゆ  |
| 28(土) | 牛乳  | 軟飯<br>そばろ煮<br>みかん       | おじや(全粥)<br>牛乳   | 牛乳,鶏ひき肉,凍り豆腐 | 米,さつまいも,三温糖          | たまねぎ,ほうれん草,人参,みかん              | だし昆布,しょうゆ<br> |

月平均栄養価 エネルギー 420kcal たんぱく質 15.9g 脂質 10.7g

\*献立は諸事情により、変更することがあります。

