



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 白菜のスープ煮 煮浸し	みかん だいこんのお焼き 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 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご おじや(全粥) 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 じゃがいものそぼろ煮 煮浸し	りんご お好みおやき 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 ささみの天ぷら 野菜スープ	りんご さつまいものおやき 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	ブイヨン,塩,しょうゆ,トマトケチャップ,だし昆布
6(金)	牛乳	軟飯 旨煮 きざみ煮	りんご 煮込みうどん 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 旨煮 みかん	牛乳 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 旨煮 煮浸し	りんご おじや 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 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご やわらかにんじんくずもち 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 旨煮 柔か煮	みかん じゃがいものおやき 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 旨煮 味噌汁	りんご お好みおやき 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 旨煮 味噌汁	りんご さつまいものおやき 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 そぼろ煮 みかん	おじや 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	体の調子をととのえるもの	その他
16(月)	牛乳	軟飯 白菜のスープ煮 煮浸し	みかん だいこんのお焼き 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 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご おじや 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 じゃがいものそぼろ煮 煮浸し	りんご お好みおやき 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 旨煮 煮浸し	りんご じゃがいものおやき 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 野菜の旨煮 煮浸し	りんご 煮込みうどん 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 旨煮 みかん	牛乳 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
23(月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	りんご おじや(全粥) 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 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご おじや(全粥) 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 旨煮 柔か煮	みかん じゃがいものおやき 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 旨煮 味噌汁	りんご さつまいものおやき 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 旨煮 煮浸し	りんご おじや(全粥)  牛乳	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 そぼろ煮 みかん	おじや(全粥) 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 

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。

