



令和7年 2月 献立表(普通食)



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,みかん	牛乳 せんべい ももゼリー	牛乳,鶏肉,油揚げ,さば節,わかめ	せんべい,米,さつまいも,ももゼリー	人参,しめじ,千切りごぼう,たまねぎ,みかん	しらたき,塩,しょうゆ,赤味噌,白味噌
3(月)	牛乳 みかん	ごはん,魚の照り焼き,おかか煮,味噌汁	牛乳 大学芋	牛乳,さけ,花かつお,(絹)豆腐,さば節	米,三温糖,さつまいも,サラダ油	みかん,はくさい,ほうれん草,たまねぎ,人参,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
4(火)	牛乳 りんご	のりごはん,五目豆,すまし汁	牛乳 鬼まんじゅう	牛乳,きざみのり,鶏肉,だいず,煮昆布,さば節	米,三温糖,小麦粉,白玉粉,さつまいも	りんご,干しいたけ,大根,人参,ごぼう,はくさい,ほうれん草	しょうゆ,塩 
5(水)	牛乳 せんべい	中華おこわ,春雨ソテー,味噌汁	牛乳 りんご せんべい	牛乳,豚肉,ロースハム,わかめ,さば節	せんべい,もち米,米,サラダ油,三温糖,はるさめ	たけのこ(水煮),干しいたけ,人参,きゅうり,キャベツ,大根,にら,りんご	だし昆布,ブイオン,しょうゆ,塩,赤味噌,白味噌
6(木)	牛乳 せんべい	ごはん,ビーフハンバーグ,茹で野菜,味噌汁,甘夏みかん	牛乳 ウインナードック	牛乳,牛ひき肉,豆腐,さば節,ウインナー	せんべい,米,じゃがいも,サラダ油,さつまいも,コッペパン,はるさめ	たまねぎ,人参,キャベツ,小松菜,葉ねぎ,甘夏みかん(缶)	塩,トマトケチャップ,ウスターソース,赤味噌,白味噌,しょうゆ
7(金)	牛乳 せんべい	ごはん,煮魚,茹で野菜,味噌汁,みかん	牛乳 お好み焼き	牛乳,カラスガレイ,油揚げ,わかめ,さば節,豚肉,花かつお,あおのり粉	せんべい,米,三温糖,じゃがいも,小麦粉,長芋	しょうが,人参,小松菜,みかん,キャベツ	だし昆布,しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌,トマトケチャップ,ウスターソース
8(土)	牛乳 りんご	ケチャップライス,野菜スープ	牛乳 しそおにぎり	牛乳,鶏肉,ベーコン	米,サラダ油,じゃがいも	りんご,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),はくさい	ブイオン,塩,しょうゆ,トマトケチャップ,ゆかり
10(月)	牛乳 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	みかん,たまねぎ,人参,干しいたけ,グリーンピース(冷),切干し大根,ほうれん草,茄子	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
12(水)	牛乳 りんご	ごはん,麻婆豆腐,炒めサラダ	牛乳 ひじきごはん	牛乳,豚ひき肉,絹豆腐(冷),ボンレスハム,ひじき,油揚げ	米,サラダ油,三温糖,片栗粉	りんご,生しいたけ,たまねぎ,人参,葉ねぎ,はくさい,緑豆もやし,きゅうり	ブイオン,しょうゆ,塩,赤味噌,酢,ゆかり
13(木)	牛乳 せんべい	ごはん,すきやき風煮,炒めなます	牛乳 みかん おかき	牛乳,牛肉,豆腐,さば節	せんべい,米,焼ふ,サラダ油,三温糖,おかき	はくさい,たまねぎ,人参,葉ねぎ,大根,みかん	しらたき,しょうゆ,酢,塩 
14(金)	牛乳 せんべい	ごはん,魚のフライ,煮浸し,味噌汁	牛乳 はっさく おかき	牛乳,たら,油揚げ,さば節	せんべい,米,小麦粉,パン粉,サラダ油,おかき	はくさい,人参,大根,たまねぎ,葉ねぎ,はっさく	塩,しょうゆ,赤味噌,白味噌

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
15(土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん,味噌汁,みかん	牛乳 せんべい ももゼリー	牛乳,鶏肉,油揚げ,さば節,わかめ	せんべい,米,さつまいも,ももゼリー	人参,しめじ,千切りごぼう,たまねぎ,みかん	しらたき,塩,しょうゆ,赤味噌,白味噌
17(月)	牛乳 いちご	ごはん,松風焼,炒めサラダ,味噌汁	牛乳 わかめごはん	牛乳,鶏ひき肉,豆腐,油揚げ,さば節,わかめ	米,じゃがいも,サラダ油	苺,人参,たまねぎ,しょうが,はくさい,大根,しめじ,葉ねぎ	赤味噌,酢,しょうゆ,白味噌
18(火)	牛乳 みかん	ごはん,魚の照り焼き,おかか煮,味噌汁	牛乳 大学芋	牛乳,さけ,花かつお,(絹)豆腐,さば節	米,三温糖,さつまいも,サラダ油	みかん,はくさい,ほうれん草,たまねぎ,人参,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
19(水)	牛乳 せんべい	中華おこわ,春雨ソテー,味噌汁	牛乳 りんご せんべい 	牛乳,豚肉,ロースハム,わかめ,さば節	せんべい,もち米,米,サラダ油,三温糖,はるさめ	たけのこ(水煮),干しいたけ,人参,きゅうり,キャベツ,大根,にら,りんご	だし昆布,ブイオン,しょうゆ,塩,赤味噌,白味噌
20(木)	牛乳 せんべい	ひき肉カレー,切干大根の炒め漬け,みかん	牛乳 野菜チップス	牛乳,牛ひき肉	せんべい,米,じゃがいも,サラダ油,上新粉,三温糖	たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),にんにく,しょうが,切干し大根,チンゲンツアイ,みかん,れんこん	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,酢
21(金)	牛乳 せんべい	ごはん,煮魚,茹で野菜,味噌汁,みかん	牛乳 お好み焼き	牛乳,カラスガレイ,油揚げ,わかめ,さば節,豚肉,花かつお,あおのり粉	せんべい,米,三温糖,じゃがいも,小麦粉,長芋	しょうが,人参,小松菜,みかん,キャベツ	だし昆布,しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌,トマトケチャップ,ウスターソース
22(土)	牛乳 りんご	ケチャップライス,野菜スープ	牛乳 しそおにぎり	牛乳,鶏肉,ベーコン	米,サラダ油,じゃがいも	りんご,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),はくさい	ブイオン,塩,しょうゆ,トマトケチャップ,ゆかり
25(火)	牛乳 いちご	ごはん,エコふりかけ,ブリと大根の煮物,味噌汁	牛乳 ラスク 	牛乳,ブリ,煮昆布,さば節	米,三温糖,じゃがいも,コッペパン,サラダ油,グラニュー糖	苺,大根,人参,しょうが,たまねぎ,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,赤味噌,白味噌
26(水)	牛乳 りんご	ごはん,麻婆豆腐,炒めサラダ	牛乳 ひじきごはん	牛乳,豚ひき肉,絹豆腐(冷),ボンレスハム,ひじき,油揚げ	米,サラダ油,三温糖,片栗粉	りんご,生しいたけ,たまねぎ,人参,葉ねぎ,はくさい,緑豆もやし,きゅうり	ブイオン,しょうゆ,塩,赤味噌,酢,ゆかり
27(木)	牛乳 せんべい	ごはん,すきやき風煮,炒めなます	牛乳 みかん おかき	牛乳,牛肉,豆腐,さば節	せんべい,米,焼ふ,サラダ油,三温糖,おかき	はくさい,たまねぎ,人参,葉ねぎ,大根,みかん	しらたき,しょうゆ,酢,塩
28(金)	牛乳 せんべい	ごはん,魚のフライ,煮浸し,味噌汁	牛乳 はっさく おかき	牛乳,たら,油揚げ,さば節	せんべい,米,小麦粉,パン粉,サラダ油,おかき	はくさい,人参,大根,たまねぎ,葉ねぎ,はっさく	塩,しょうゆ,赤味噌,白味噌

月平均栄養価 (乳児)

エネルギー 491kcal たんぱく質 20.1g 脂質 14.5g

月平均栄養価 (幼児)

エネルギー 579kcal たんぱく質 23.0g 脂質 16.2g

