

令和7年 10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
1(水)	牛乳	軟飯 旨煮 すまし汁	りんご おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	たまねぎ,人参,茄子,大根,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
2(木)	牛乳	軟飯 ハンバーグ 煮浸し	みかん お好みおやき 牛乳	牛乳,牛ひき肉,豚ひき肉	米,じゃがいも,パン粉,サラダ油,三温糖,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,ほうれん草,みかん	塩,だし昆布,しょうゆ
3(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 味噌汁	りんご おじや 牛乳	牛乳,白身魚	米,さつまいも,三温糖	はくさい,人参,チンゲンツアイ,りんご,大根	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌,塩
4(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏ひき肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,ほうれん草,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
6(月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	りんご 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	大根,人参,たまねぎ,はくさい,小松菜,りんご	だし昆布,しょうゆ
7(火)	牛乳	軟飯 旨煮 きざみ煮	みかん じゃがいものおやき 牛乳	牛乳,牛肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,片栗粉,サラダ油	たまねぎ,人参,大根,きゅうり,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
8(水)	牛乳	軟飯 旨煮 きざみ煮	りんご おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	大根,たまねぎ,人参,ほうれん草,りんご	だし昆布,赤味噌,しょうゆ
9(木)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 野菜スープ	りんご おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	キャベツ,たまねぎ,はくさい,人参,小松菜,りんご	だし昆布,しょうゆ
10(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご じゃがいものおやき 牛乳	牛乳,白身魚	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,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
11(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏肉,(絹)豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,チンゲンツアイ,りんご	だし昆布,しょうゆ
14(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 柔か煮	りんご じゃがいものおやき 牛乳	牛乳,白身魚	米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油	ほうれん草,人参,はくさい,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
15(水)	牛乳	軟飯 炒め煮 柔か煮	りんご さつまいものおやき 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,サラダ油,さつまいも,片栗粉,三温糖	人参,たまねぎ,キャベツ,りんご	だし昆布,しょうゆ
16(木)	牛乳	軟飯 そばろ煮 煮浸し	みかん おじや 牛乳	牛乳,豚ひき肉,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

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(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 味噌汁	りんご おじや 牛乳	牛乳,白身魚	米,さつまいも,三温糖	はくさい,人参,チンゲンツア イ,りんご,大根	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌,塩
18(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏ひき肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,ほうれん草,人参,り んご	だし昆布,しょうゆ
20(月)	牛乳	軟飯 旨煮 ふくめ煮	りんご おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,きゅうり,りん ご,キャベツ	だし昆布,しょうゆ
21(火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	りんご 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	大根,人参,たまねぎ,はくさい, 小松菜,りんご	だし昆布,しょうゆ
22(水)	牛乳	軟飯 旨煮 きざみ煮	みかん じゃがいものおやき 牛乳	牛乳,牛肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,片栗 粉,サラダ油	たまねぎ,人参,大根,きゅうり, みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
23(木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	みかん おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	大根,たまねぎ,人参,キャベ ツ,小松菜,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
24(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご じゃがいものおやき 牛乳	牛乳,白身魚	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,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
25(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏肉,(絹)豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,チンゲンツア イ,りんご	だし昆布,しょうゆ
27(月)	牛乳	軟飯 炒め煮 柔か煮	りんご さつまいものおやき 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,サラダ油,さつ まいも,片栗粉,三温糖	人参,たまねぎ,キャベツ,りん ご	だし昆布,しょうゆ
28(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 柔か煮	りんご じゃがいものおやき 牛乳	牛乳,白身魚	米,三温糖,じゃがいも,片栗 粉,サラダ油	ほうれん草,人参,はくさい,り んご	だし昆布,しょうゆ,塩
29(水)	牛乳	軟飯 旨煮 きざみ煮	りんご おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	大根,たまねぎ,人参,ほうれん 草,りんご	だし昆布,赤味噌,しょうゆ
30(木)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 野菜スープ	りんご おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	キャベツ,たまねぎ,はくさい, 人参,小松菜,りんご	だし昆布,しょうゆ
31(金)	牛乳	軟飯 そばろ煮 煮浸し	みかん おじや 牛乳	牛乳,豚ひき肉,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

月平均栄養価 エネルギー 427kcal たんぱく質 16.4g 脂質 10.7g

*献立は諸事情により、変更することがあります。

