

令和7年 10月 献立表(9~11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(水)	おかゆ 旨煮 すまし汁	りんご おじや	豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	たまねぎ,人参,大根,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
2(木)	おかゆ 野菜の旨煮 煮浸し	みかん お好みおやき	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,キャベツ,ほうれん草,みかん	だし昆布,しょうゆ
3(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	りんご おじや	白身魚	米,三温糖,さつまいも	はくさい,人参,りんご,大根	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌,塩
4(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	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)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご だいこんのお焼き	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,りんご	だし昆布,しょうゆ
7(火)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	みかん じゃがいものおやき	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)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	りんご おじや	豚肉,凍り豆腐	米,三温糖,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,赤味噌,しょうゆ
9(木)	おかゆ 野菜の旨煮 野菜スープ	りんご おじや	豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	キャベツ,たまねぎ,はくさい,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
10(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご じゃがいものおやき	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,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
11(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	鶏肉,(絹)豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
14(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 柔らか煮	りんご じゃがいものおやき	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)	おかゆ 炒め煮 柔らか煮	りんご さつまいものおやき	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)	おかゆ そばろ煮 煮浸し	みかん おじや	鶏ひき肉,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	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)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	りんご,おじや	白身魚	米,三温糖,さつまいも	はくさい,人参,りんご,大根	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌,塩
18(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	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)	おかゆ 旨煮 ふくめ煮	りんご おじや 	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)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご だいこんのお焼き	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,りんご	だし昆布,しょうゆ
22(水)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	みかん じゃがいものおやき	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)	おかゆ 旨煮 煮浸し	みかん おじや	豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	大根,たまねぎ,人参,キャベツ,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
24(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご じゃがいものおやき	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,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
25(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	鶏肉,(絹)豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
27(月)	おかゆ 炒め煮 柔か煮	りんご さつまいものおやき	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)	おかゆ 白身魚の煮付け 柔か煮	りんご じゃがいものおやき	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)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	りんご おじや	豚肉,凍り豆腐	米,三温糖,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,赤味噌,しょうゆ
30(木)	おかゆ 野菜の旨煮 野菜スープ	りんご おじや	豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	キャベツ,たまねぎ,はくさい,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
31(金)	おかゆ そばろ煮 煮浸し	みかん おじや	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 247kcal たんぱく質 8.1g 脂質 2.8g

*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。

