



令和7年 11月

献立表



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(土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん,豚汁	牛乳 みかん 米ポン菓子	牛乳,鶏肉,油揚げ,ひじき,さば節,豚肉	せんべい,米,さつまいも,米ポン菓子	人参,しめじ,グリーンピース(冷),たまねぎ,緑豆もやし,葉ねぎ,みかん	しらたき,塩,しょうゆ,赤味噌,白味噌
4(火)	牛乳 せんべい	ごはん,魚の塩焼き,煮なます,味噌汁	牛乳 みかん おかき	牛乳,カラスガレイ,わかめ,さば節	せんべい,米,三温糖,おかき	はくさい,人参,えのきたけ,大根,たまねぎ,葉ねぎ,みかん	塩,酢,赤味噌,白味噌
5(水)	牛乳 せんべい	ごはん,豚肉の生姜焼き,野菜スープ	牛乳 洋なし おかき 	牛乳,豚肉,(絹)豆腐	せんべい,米,三温糖,サラダ油,おかき	人参,ピーマン,たまねぎ,キャベツ,しょうが,緑豆もやし,生しいたけ,葉ねぎ,ラフランス	しょうゆ,塩,ブイヨン
6(木)	牛乳 みかん	ふりかけごはん,ポトフ,炒めサラダ	牛乳 五平餅	牛乳,鶏肉,ウィンナー,わかめ	米,じゃがいも,三温糖,サラダ油	みかん,たまねぎ,キャベツ,人参,さやいんげん	ふりかけ,ブイヨン,しょうゆ,塩,酢,赤味噌
7(金)	牛乳 せんべい	ごはん,高野豆腐の旨煮,味噌汁	牛乳 焼芋	牛乳,鶏肉,凍り豆腐,さば節	せんべい,米,じゃがいも,サラダ油,三温糖,さつまいも	たまねぎ,人参,干しいたけ,大根,ほうれん草,はくさい	しょうゆ,赤味噌,白味噌
8(土)	牛乳 せんべい	ケチャップライス,味噌スープ,みかん(缶)	牛乳 しそおにぎり	牛乳,鶏肉,わかめ,(絹)豆腐	せんべい,米,サラダ油	たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),はくさい,にら,みかん(缶)	ブイヨン,トマトケチャップ,しょうゆ,塩,赤味噌,ゆかり
10(月)	牛乳 せんべい	ごはん,つくねと大根の煮物,炒めサラダ	牛乳 りんご 米ポン菓子	牛乳,鶏ひき肉,ひじき,さば節	せんべい,米,片栗粉,はるさめ,三温糖,サラダ油,米ポン菓子	干しいたけ,しょうが,大根,人参,はくさい,小松菜,コーン(冷),きゅうり,りんご	塩,しょうゆ,酢 
11(火)	牛乳 みかん	ごはん,れんこんのきんぴら,五目汁	牛乳 大学芋	牛乳,牛肉,生揚げ,さば節	米,三温糖,サラダ油,里いも,さつまいも	みかん,れんこん,人参,さやいんげん,大根,たまねぎ,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,塩
12(水)	牛乳 せんべい	ごはん,チキンのオープン焼き,煮びたし,すまし汁	牛乳 りんご せんべい 	牛乳,鶏肉,(絹)豆腐,さば節	せんべい,米,サラダ油,三温糖	にんにく,はくさい,チンゲンツアイ,ほうれん草,人参,りんご	塩,トマトケチャップ,カレー粉,しょうゆ
13(木)	牛乳 せんべい	しそごはん,鶏肉の磯辺揚げ,炒めサラダ キャベツ,味噌汁,甘夏みか	牛乳 お米のケーキ	牛乳,鶏肉,あおのり粉,ロースハム,油揚げ,さば節	せんべい,米,片栗粉,サラダ油,三温糖,上新粉,粉糖	キャベツ,人参,小松菜,たまねぎ,葉ねぎ,甘夏みかん(缶),りんご	ゆかり,しょうゆ,酢,赤味噌,白味噌,ベーキングパウダー,.
14(金)	牛乳 せんべい	ごはん,たらのトマトシチュー,煮びたし	牛乳 ももゼリー おかき	牛乳,たら	せんべい,米,片栗粉,サラダ油,じゃがいも,三温糖,ももゼリー,おかき	しょうが,にんにく,たまねぎ,ほうれん草,人参,キャベツ	ブイヨン,トマトケチャップ,ウスターソース,しょうゆ
15(土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん,豚汁	牛乳 みかん 米ポン菓子	牛乳,鶏肉,油揚げ,ひじき,さば節,豚肉	せんべい,米,さつまいも,米ポン菓子	人参,しめじ,グリーンピース(冷),たまねぎ,緑豆もやし,葉ねぎ,みかん	しらたき,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
17(月)	牛乳 せんべい	ごはん,高野豆腐の旨煮,味噌汁	牛乳 焼芋	牛乳,鶏肉,凍り豆腐,さば節	せんべい,米,じゃがいも,サラダ油,三温糖,さつまいも	たまねぎ,人参,干しいたけ,大根,ほうれん草,はくさい	しょうゆ,赤味噌,白味噌
18(火)	牛乳 せんべい	芋ごはん,魚の塩焼き,煮なます,味噌汁	牛乳 みかん おかき 	牛乳,カラスガレイ,わかめ,さば節	せんべい,米,さつまいも,三温糖,おかき	はくさい,人参,えのきたけ,大根,たまねぎ,葉ねぎ,みかん	塩,酢,赤味噌,白味噌
19(水)	牛乳 せんべい	ごはん,豚肉の生姜焼き,野菜スープ	牛乳 洋なし おかき	牛乳,豚肉,(絹)豆腐	せんべい,米,三温糖,サラダ油,おかき	人参,ピーマン,たまねぎ,キャベツ,しょうが,緑豆もやし,生しいたけ,葉ねぎ,ラフランス	しょうゆ,塩,ブイヨン
20(木)	牛乳 みかん	ふりかけごはん,ポトフ,炒めサラダ	牛乳 五平餅	牛乳,鶏肉,ウィンナー,わかめ	米,じゃがいも,三温糖,サラダ油	みかん,たまねぎ,キャベツ,人参,さやいんげん	ふりかけ,ブイヨン,しょうゆ,塩,酢,赤味噌
21(金)	牛乳 みかん	鮭ごはん,さといもの煮物,味噌汁	牛乳 ラスク	牛乳,銀鮭,鶏肉,生揚げ,さば節	米,里いも,三温糖,ドッグパン,サラダ油,グラニュー糖	みかん,大根,人参,れんこん,たまねぎ,はくさい,小松菜	しらたき,しょうゆ,赤味噌,白味噌
22(土)	牛乳 せんべい	ケチャップライス,味噌スープ,みかん(缶)	牛乳 しそおにぎり	牛乳,鶏肉,わかめ,(絹)豆腐	せんべい,米,サラダ油	たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),はくさい,にら,みかん(缶)	ブイヨン,トマトケチャップ,しょうゆ,塩,赤味噌,ゆかり
25(火)	牛乳 みかん	ごはん,れんこんのきんぴら,五目汁	牛乳 大学芋	牛乳,牛肉,生揚げ,さば節	米,三温糖,サラダ油,里いも,さつまいも	みかん,れんこん,人参,さやいんげん,大根,たまねぎ,葉ねぎ	しょうゆ,本みりん,塩
26(水)	牛乳 せんべい	ごはん,チキンのオープン焼き,煮びたし,すまし汁	牛乳 りんご せんべい	牛乳,鶏肉,(絹)豆腐,さば節	せんべい,米,サラダ油,三温糖	にんにく,はくさい,チンゲンツアイ,ほうれん草,人参,りんご	塩,トマトケチャップ,カレー粉,しょうゆ
27(木)	牛乳 せんべい	のりごはん,鮭の照り焼き,野菜のソテー,味噌汁,みかん	コーンフレークの牛乳 かけ	牛乳,きざみのり,さけ,油揚げ,さば節	せんべい,米,三温糖,サラダ油,じゃがいも,コーンフレーク	コーン(冷),小松菜,人参,たまねぎ,みかん,みかん(缶)	しょうゆ,本みりん,カレー粉,塩,赤味噌,白味噌
28(金)	牛乳 せんべい	ごはん,つくねと大根の煮物,炒めサラダ	牛乳 りんご 米ポン菓子 	牛乳,鶏ひき肉,ひじき,さば節	せんべい,米,片栗粉,はるさめ,三温糖,サラダ油,米ポン菓子	干しいたけ,しょうが,大根,人参,はくさい,小松菜,コーン(冷),きゅうり,りんご	塩,しょうゆ,酢 
29(土)	牛乳 せんべい	ピピンパ,ワカメスープ,みかん(缶)	牛乳 おかき ももゼリー	牛乳,牛肉,(絹)豆腐,わかめ	せんべい,米,三温糖,サラダ油,おかき,ももゼリー	にら,人参,緑豆もやし,ほうれん草,しょうが,たまねぎ,はくさい,みかん(缶)	しょうゆ,酢,ブイヨン,塩

月平均栄養価(乳児)

エネルギー 477kcal たんぱく質 18.9g 脂質 14.1g

月平均栄養価(幼児)

エネルギー 555kcal たんぱく質 21.3g 脂質 15.3g

*27日は、5歳児クラスはバイキング給食です。上記の他に、しそごはん・鶏肉のから揚げ・フライドポテト・ブロッコリーのおかか煮・トマトがつきます。

*献立は諸事情により、変更することがあります。

