





令和7年 12月 献立表(5・6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(月)	つぶし粥 スープ煮 つぶし煮	みかん	凍り豆腐	米, 片栗粉	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
2(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	みかん	白身魚	米, 片栗粉	はくさい, たまねぎ, 人参, みかん	だし昆布
3(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	大根, 人参, キャベツ, りんご	だし昆布
4(木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	たまねぎ, 人参, キャベツ, りんご	だし昆布
5(金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん 	凍り豆腐	米, 片栗粉, じゃがいも	人参, たまねぎ, みかん	だし昆布
6(土)	つぶし粥 クタクタ煮 りんご	りんご果汁	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, ほうれん草, りんご, りんご果汁	だし昆布
8(月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	人参, たまねぎ, キャベツ, みかん	だし昆布
9(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	りんご	白身魚	米, 片栗粉	ほうれん草, 大根, 人参, たまねぎ, りんご	だし昆布
10(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	(絹)豆腐	米, 片栗粉	キャベツ, たまねぎ, 人参, 大根, りんご	だし昆布
11(木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん 	凍り豆腐	米, 片栗粉, じゃがいも	たまねぎ, 人参, みかん	だし昆布
12(金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	大根, 人参, はくさい, たまねぎ, りんご	だし昆布
13(土)	つぶし粥 クタクタ煮 りんご	りんご果汁	凍り豆腐	米, さつまいも, 片栗粉	たまねぎ, ほうれん草, 人参, りんご, りんご果汁	だし昆布

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
15(月)	つぶし粥 スープ煮 つぶし煮	みかん	凍り豆腐	米,片栗粉	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
16(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	みかん	白身魚	米,片栗粉	はくさい,たまねぎ,人参,みかん	だし昆布
17(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	大根,人参,キャベツ,りんご	だし昆布
18(木)	つぶし粥 煮つぶし つぶし煮	りんご 	(絹)豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	ほうれん草,はくさい,きゅうり,りんご	だし昆布
19(金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,片栗粉,じゃがいも	人参,たまねぎ,みかん	だし昆布
20(土)	つぶし粥 クタクタ煮 りんご	りんご果汁	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,ほうれん草,りんご,りんご果汁	だし昆布
22(月)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉	人参,大根,たまねぎ,はくさい,きゅうり,りんご	だし昆布
23(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	りんご	白身魚	米,片栗粉	ほうれん草,大根,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布
24(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,片栗粉,じゃがいも 	たまねぎ,人参,みかん	だし昆布
25(木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉	大根,人参,はくさい,たまねぎ,りんご	だし昆布
26(金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 柔か煮	りんご	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,きゅうり,りんご	だし昆布
27(土)	つぶし粥 クタクタ煮 りんご	りんご果汁	凍り豆腐	米,さつまいも,片栗粉	たまねぎ,ほうれん草,人参,りんご,りんご果汁	だし昆布

月平均栄養価 エネルギー 163kcal たんぱく質 4.8g 脂質 1.7g

\* 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。

