

令和8年1月 献立表(7・8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
5(月)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	凍り豆腐	米,三温糖	ほうれん草,人参,たまねぎ, キャベツ,りんご	だし昆布,しょうゆ
6(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	みかん 煮込みうどん	白身魚	米,三温糖,うどん	はくさい,たまねぎ,人参,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
7(水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	みかん おじや	凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,大根,キャベツ,きゅう うり,人参,みかん,はくさい	だし昆布,しょうゆ
8(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	みかん おじや	鶏肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,キャベツ,みかん	だし昆布,しょうゆ
9(金)	おかゆ 野菜の旨煮 味噌汁	りんご さつまいものおやき	鶏肉	米,三温糖,さつまいも,片栗 粉,サラダ油	大根,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌
10(土)	おかゆ 野菜の旨煮 りんご	おじや	鶏肉	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 
13(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	みかん おじや	白身魚	米,三温糖	大根,たまねぎ,人参,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌
14(水)	おかゆ そぼろ煮 味噌汁	みかん おじや	鶏ひき肉	米,三温糖,片栗粉	人参,はくさい,ほうれん草,大 根,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌
15(木)	おかゆ 旨煮 味噌汁	りんご おじや	鶏肉,(絹)豆腐	米,三温糖	人参,キャベツ,たまねぎ,ほう れん草,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌,塩
16(金)	おかゆ 味噌煮 煮浸し	みかん だいこんのお焼き	凍り豆腐	米,三温糖,片栗粉,サラダ油	大根,人参,キャベツ,きゅうり, みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌
17(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	鶏肉	米,さつまいも,三温糖	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
19(月)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	(絹)豆腐	米,三温糖	ほうれん草,人参,たまねぎ, キャベツ,りんご	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
20(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	みかん 煮込みうどん	白身魚	米,三温糖,うどん	はくさい,たまねぎ,人参,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
21(水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	みかん おじや	凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,大根,キャベツ,きゅうり,人参,みかん,はくさい	だし昆布,しょうゆ
22(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	みかん おじや	鶏肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,キャベツ,みかん	だし昆布,しょうゆ
23(金)	おかゆ 野菜の旨煮 味噌汁	りんご さつまいものおやき	鶏肉	米,三温糖,さつまいも,片栗粉,サラダ油	大根,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
24(土)	おかゆ 野菜の旨煮 りんご	おじや	鶏肉	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
26(月)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	りんご おじや	鶏肉	米,三温糖,さつまいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
27(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	みかん おじや	白身魚	米,三温糖	大根,たまねぎ,人参,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
28(水)	おかゆ そぼろ煮 味噌汁	みかん おじや	鶏ひき肉	米,三温糖,片栗粉	人参,はくさい,ほうれん草,大根,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
29(木)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	りんご スープ煮(はるさめ)	白身魚	米,三温糖,はるさめ	はくさい,きゅうり,ほうれん草,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌,塩
30(金)	おかゆ 味噌煮 煮浸し	みかん だいこんのお焼き	凍り豆腐	米,三温糖,片栗粉,サラダ油	大根,人参,キャベツ,きゅうり,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌
31(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	鶏肉	米,さつまいも,三温糖	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ

月平均栄養価 エネルギー 249kcal たんぱく質 8.0g 脂質 3.0g

*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。

