






\*\*\*\*\*令和8年2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
2(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	みかん	白身魚	米, 片栗粉	ほうれん草, たまねぎ, 人 参, はくさい, みかん	だし昆布
3(火)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	大根, 人参, ほうれん草, は くさい, りんご	だし昆布 
4(水)	つぶし粥 スープ煮 野菜の煮つぶし	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	大根, 人参, キャベツ, きゅ うり, りんご	だし昆布
5(木)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉, さ つまいも	たまねぎ, 人参, キャベツ, りんご	だし昆布
6(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	はっさく	白身魚	米, 片栗粉	たまねぎ, はくさい, 大根, 人参, はっさく	だし昆布
7(土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 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, はくさい, りんご, りんご果汁	だし昆布
9(月)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米, 片栗粉	人参, たまねぎ, はくさい, きゅうり, みかん	だし昆布
10(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん 	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, 大根, みか ん	だし昆布
12(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	はくさい, たまねぎ, 大根, 人参, みかん	だし昆布
13(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	みかん	白身魚	米, 片栗粉, じゃがいも	人参, たまねぎ, みかん	だし昆布 
14(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, 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
16(月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし おろし煮	いちご	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, はくさい, 大根, 苺	だし昆布
17(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	ほうれん草, たまねぎ, 人 参, はくさい, みかん	だし昆布
18(水)	つぶし粥 スープ煮 野菜の煮つぶし	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	大根, 人参, キャベツ, きゅ うり, りんご	だし昆布
19(木)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	みかん	 凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, ほうれん 草, みかん	だし昆布
20(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	はっさく	白身魚	米, 片栗粉	たまねぎ, はくさい, 大根, 人参, はっさく	だし昆布
21(土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 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, はくさい, りんご, りんご果汁	だし昆布
24(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	いちご	白身魚	米, 片栗粉, じゃがいも	たまねぎ, 大根, 人参, 苺	だし昆布
25(水)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米, 片栗粉	人参, たまねぎ, はくさい, きゅうり, みかん	だし昆布
26(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	はくさい, たまねぎ, 大根, 人参, みかん	だし昆布
27(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	みかん	白身魚	米, 片栗粉, じゃがいも	人参, たまねぎ, みかん	だし昆布
28(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, 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

169kcal

たんぱく質

5.6g

脂質

1.8g

