



[illegible]

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
2(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 柔か煮	みかん おじや	白身魚	米, 三温糖	ほうれん草, たまねぎ, 人 参, はくさい, みかん	だし昆布, しょうゆ
3(火)	おかゆ 旨煮 柔か煮	りんご 芋粥	鶏肉	米, 三温糖, さつまいも	大根, 人参, ほうれん草, は くさい, りんご	だし昆布, しょうゆ 
4(水)	おかゆ スープ煮 さざみ煮きゅうり	りんご おじや	凍り豆腐	米, 片栗粉	大根, 人参, キャベツ, きゅ うり, りんご	塩, しょうゆ, だし昆布
5(木)	おかゆ 高野豆腐のつぶし煮 味噌汁	りんご おじや	凍り豆腐	米, じゃがいも, 三温糖, さ つまいも	たまねぎ, 人参, キャベツ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌
6(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	はっさく おじや	白身魚	米, 三温糖	たまねぎ, はくさい, 大根, 人参, はっさく	だし昆布, しょうゆ
7(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, はくさい, りんご	だし昆布, しょうゆ
9(月)	おかゆ 旨煮 柔か煮	みかん おじや	凍り豆腐	米, 三温糖, 片栗粉	人参, たまねぎ, はくさい, きゅうり, みかん	だし昆布, 赤味噌, しょう ゆ, 塩
10(火)	おかゆ 野菜の旨煮 煮浸し	みかん じゃがいものおやき	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, 大根, みか ん	だし昆布, しょうゆ, 塩
12(木)	おかゆ 旨煮 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	はくさい, たまねぎ, 大根, 人参, みかん	だし昆布, しょうゆ 
13(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	みかん 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	人参, たまねぎ, みかん	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌, 塩
14(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



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)	おかゆ 旨煮 味噌汁	いちご おじゃ	鶏ひき肉	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, はくさい, 大根, 苺	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌
17(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 柔らか煮	みかん おじゃ	白身魚	米, 三温糖	ほうれん草, たまねぎ, 人 参, はくさい, みかん	だし昆布, しょうゆ
18(水)	おかゆ スープ煮 きざみ煮きゅうり	りんご おじゃ 	凍り豆腐	米, 片栗粉	大根, 人参, キャベツ, きゅ うり, りんご	塩, しょうゆ, だし昆布
19(木)	おかゆ 高野豆腐のつぶし煮 煮浸し	みかん おじゃ	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
20(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	はっさく おじゃ	白身魚	米, 三温糖	たまねぎ, はくさい, 大根, 人参, はっさく	だし昆布, しょうゆ
21(土)	おかゆ 野菜の旨煮 りんご	おじゃ	鶏肉	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, はくさい, りんご	だし昆布, しょうゆ
24(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 柔らか煮	いちご 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, 大根, 人参, 苺	だし昆布, しょうゆ, 塩
25(水)	おかゆ 旨煮 柔らか煮	みかん おじゃ 	凍り豆腐	米, 三温糖, 片栗粉	人参, たまねぎ, はくさい, きゅうり, みかん	だし昆布, 赤味噌, しょう ゆ, 塩
26(木)	おかゆ 旨煮 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	はくさい, たまねぎ, 大根, 人参, みかん	だし昆布, しょうゆ
27(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	みかん 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	人参, たまねぎ, みかん	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌, 塩
28(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじゃ	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

250kcal

たんぱく質

8.2g

脂質

2.8g

