



令和8年 4月

献立表 (普通食)



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(水)	せんべい りんご果汁		牛乳 おかき みかんゼリー	牛乳	せんべい, おかき, みかんゼリー	りんご果汁	
2(木)	牛乳 せんべい	ハヤシライス, はくさいの炒め漬け	牛乳 甘夏みかん (缶) おかき	牛乳, 牛肉 	せんべい, 米, じゃがいも, サラダ油, 上新粉, 三温糖, おかき	たまねぎ, 人参, グリンピース (冷), はくさい, きゅうり, 甘夏みかん (缶)	塩, ブイヨン, トマトケチャップ, ウスターソース, しょうゆ, 酢
3(金)	牛乳 せんべい	ごはん, ポトフ, おかき煮	牛乳 肉うどん	牛乳, 豚肉, フランクフルト, 花かつお, 牛肉, さば節	せんべい, 米, じゃがいも, サラダ油, うどん, 三温糖	人参, 大根, たまねぎ, さやいんげん, キャベツ, グリーンアスパラ, はくさい, 葉ねぎ	ブイヨン, 塩, しょうゆ
4(土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん, 味噌汁, みかん (缶)	牛乳 エコおにぎり	牛乳, 鶏肉, 油揚げ, さば節	せんべい, 米, 三温糖	人参, しめじ, 大根, たまねぎ, ほうれん草, みかん (缶)	しらたき, 塩, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌, さば節 (だしがら), 本みりん
6(月)	牛乳 せんべい	ごはん, 照り焼き魚, 添え野菜, 味噌汁	牛乳 いちご せんべい	牛乳, さわら, 油揚げ, さば節	せんべい, 米, 三温糖, サラダ油	ほうれん草, 人参, たまねぎ, 大根, 葉ねぎ, 苺	しょうゆ, 本みりん, 塩, 赤味噌, 白味噌
7(火)	牛乳 せんべい	ごはん, そぼろ煮, 味噌汁, みかん (缶)	牛乳 焼芋	牛乳, 鶏ひき肉, 油揚げ, さば節, (絹)豆腐, わかめ	せんべい, 米, サラダ油, 三温糖, さつまいも	大根, 干しいたけ, 人参, たまねぎ, みかん (缶)	しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
8(水)	牛乳 せんべい	そぼろごはん まぐろ, 野菜のソテー, 味噌汁	牛乳 清見オレンジ 米ポン菓子	牛乳, まぐろ (水煮), ボンレスハム, わかめ, さば節	せんべい, 米, 三温糖, サラダ油, じゃがいも, 米ポン菓子	しょうが, 人参, コーン (冷), ほうれん草, グリーンアスパラ, キャベツ, たまねぎ, 清見オレンジ	しょうゆ, 本みりん, 塩, 赤味噌, 白味噌
9(木)	牛乳 せんべい	のりごはん, 五目豆腐, 炒めサラダ	牛乳 ももゼリー おかき	牛乳, きざみのり, 鶏肉, 豆腐	せんべい, 米, 三温糖, 片栗粉, サラダ油, ももゼリー, おかき	干しいたけ, たけのこ (水煮), たまねぎ, 人参, チンゲンツアイ, キャベツ, きゅうり, コーン (冷)	ブイヨン, しょうゆ, 塩, 酢
10(金)	牛乳 せんべい	ごはん, 新じゃがいものそぼろ煮, 味噌汁, 甘夏みかん (缶)	牛乳 きなこのラスク	牛乳, 牛ひき肉, さば節, (絹)豆腐, きな粉	せんべい, 米, 新じゃがいも, サラダ油, 三温糖, ドッグパン, グラニュー糖	人参, たまねぎ, さやいんげん, ほうれん草, 大根, 甘夏みかん (缶)	しょうゆ, 赤味噌, 白味噌, 塩
11(土)	牛乳 せんべい	ケチャップライス, 野菜スープ, みかん (缶)	牛乳 ももゼリー おかき	牛乳, 鶏肉, ベーコン 	せんべい, 米, サラダ油, じゃがいも, ももゼリー, おかき	たまねぎ, 人参, グリンピース (冷), はくさい, みかん (缶)	ブイヨン, 塩, しょうゆ, トマトケチャップ
13(月)	牛乳 せんべい	ごはん, 肉じゃが, 味噌汁	コーンフレークの牛乳かけ	牛乳, 牛肉, さば節, 油揚げ	せんべい, 米, じゃがいも, サラダ油, 三温糖, コーンフレーク	人参, たまねぎ, グリンピース, キャベツ, 小松菜, みかん (缶)	しらたき, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
14(火)	牛乳 せんべい	ごはん, 煮魚, 添え野菜, 味噌汁	牛乳 いちご せんべい	牛乳, カラスガレイ, 油揚げ, さば節	せんべい, 米, 三温糖, さつまいも	しょうが, ほうれん草, 人参, たまねぎ, 葉ねぎ, 苺	だし昆布, しょうゆ, 本みりん, 塩, 赤味噌, 白味噌
15(水)	牛乳 せんべい	ごはん, 高野豆腐の旨煮, 味噌汁	牛乳 デコポン おかき	牛乳, 鶏肉, 凍り豆腐, さば節	せんべい, 米, じゃがいも, 三温糖, サラダ油, おかき	たまねぎ, 人参, グリンピース, はくさい, 葉ねぎ, デコポン	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
16(木)	牛乳 せんべい	ごはん, ポトフ, おかか煮	牛乳 肉うどん	牛乳, 豚肉, フランクフルト, 花かつお, 牛肉, さば節	せんべい, 米, じゃがいも, サラダ油, うどん, 三温糖	人参, 大根, たまねぎ, さやいんげん, キャベツ, グリーンアスパラ, はくさい, 葉ねぎ	ブイヨン, 塩, しょうゆ
17(金)	牛乳 せんべい	ハヤシライス, はくさいの炒め漬け	牛乳 甘夏みかん (缶) おかき	牛乳, 牛肉	せんべい, 米, じゃがいも, サラダ油, 上新粉, 三温糖, おかき	たまねぎ, 人参, グリンピース (冷), はくさい, きゅうり, 甘夏みかん (缶)	塩, ブイヨン, トマトケチャップ, ウスターソース, しょうゆ, 酢
18(土)	牛乳 せんべい	炊き込みごはん, 味噌汁, みかん (缶)	牛乳 エコおにぎり	牛乳, 鶏肉, 油揚げ, さば節	せんべい, 米, 三温糖	人参, しめじ, 大根, たまねぎ, ほうれん草, みかん (缶)	しらたき, 塩, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌, さば節 (だしがら), 本みりん
20(月)	牛乳 せんべい	ごはん, 照り焼き魚, 添え野菜, 味噌汁	牛乳 いちご せんべい	牛乳, さわら, 油揚げ, さば節	せんべい, 米, 三温糖, サラダ油	ほうれん草, 人参, たまねぎ, 大根, 葉ねぎ, 苺	しょうゆ, 本みりん, 塩, 赤味噌, 白味噌
21(火)	牛乳 せんべい	ごはん, そぼろ煮, 味噌汁, みかん (缶)	牛乳 焼芋	牛乳, 鶏ひき肉, 油揚げ, さば節, (絹)豆腐, わかめ	せんべい, 米, サラダ油, 三温糖, さつまいも	大根, 干しいたけ, 人参, たまねぎ, みかん (缶)	しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
22(水)	牛乳 せんべい	そぼろごはん まぐろ, 野菜のソテー, 味噌汁	牛乳 清見オレンジ 米ポン菓子	牛乳, まぐろ (水煮), ボンレスハム, わかめ, さば節	せんべい, 米, 三温糖, サラダ油, じゃがいも, 米ポン菓子	しょうが, 人参, コーン (冷), ほうれん草, グリーンアスパラ, キャベツ, たまねぎ, 清見オレンジ	しょうゆ, 本みりん, 塩, 赤味噌, 白味噌
23(木)	牛乳 せんべい	筍ごはん, ミートローフ, 煮びたし, すまし汁, みかん (缶)	牛乳 ジャムサンド 苺	牛乳, 油揚げ, さば節, 牛ひき肉, 豚ひき肉, 豆腐, (絹)豆腐, わかめ	せんべい, 米, じゃがいも, サラダ油, 三温糖, ドッグパン	たけのこ, たまねぎ, 人参, キャベツ, コーン (冷), 糸みつば, みかん (缶), 苺, レモン	しょうゆ, 塩, トマトケチャップ, ウスターソース
24(金)	牛乳 せんべい	ごはん, 新じゃがいものそぼろ煮, 味噌汁, 甘夏みかん (缶)	牛乳 きなこのラスク	牛乳, 牛ひき肉, さば節, (絹)豆腐, きな粉	せんべい, 米, 新じゃがいも, サラダ油, 三温糖, ドッグパン, グラニュー糖	人参, たまねぎ, さやいんげん, ほうれん草, 大根, 甘夏みかん (缶)	しょうゆ, 赤味噌, 白味噌, 塩
25(土)	牛乳 せんべい	ケチャップライス, 野菜スープ, みかん (缶)	牛乳 ももゼリー おかき	牛乳, 鶏肉, ベーコン	せんべい, 米, サラダ油, じゃがいも, ももゼリー, おかき	たまねぎ, 人参, グリンピース (冷), はくさい, みかん (缶)	ブイヨン, 塩, しょうゆ, トマトケチャップ
27(月)	牛乳 せんべい	ごはん, 肉じゃが, 味噌汁	コーンフレークの牛乳かけ	牛乳, 牛肉, さば節, 油揚げ	せんべい, 米, じゃがいも, サラダ油, 三温糖, コーンフレーク	人参, たまねぎ, グリンピース, キャベツ, 小松菜, みかん (缶)	しらたき, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
28(火)	牛乳 せんべい	えんどうごはん, 煮魚, 添え野菜, 味噌汁	牛乳 いちご せんべい	牛乳, カラスガレイ, 油揚げ, さば節	せんべい, 米, 三温糖, さつまいも	グリンピース, しょうが, ほうれん草, 人参, たまねぎ, 葉ねぎ, 苺	塩, だし昆布, しょうゆ, 本みりん, 赤味噌, 白味噌
30(木)	牛乳 せんべい	のりごはん, 五目豆腐, 炒めサラダ	牛乳 ももゼリー おかき	牛乳, きざみのり, 鶏肉, 豆腐	せんべい, 米, 三温糖, 片栗粉, サラダ油, ももゼリー, おかき	干しいたけ, たけのこ (水煮), たまねぎ, 人参, チンゲンツアイ, キャベツ, きゅうり, コーン (冷)	ブイヨン, しょうゆ, 塩, 酢

月平均栄養価 (乳児)

エネルギー 463kcal たんぱく質 18.5g 脂質 14.8g

月平均栄養価 (幼児)

エネルギー 550kcal たんぱく質 21.4g 脂質 16.5g

*献立は諸事情により、変更することがあります。

