



令和8年 7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(水)	つぶし粥 旨煮 おろし煮	りんご	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, 大根, りんご	だし昆布
2(木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご	白身魚	米, 片栗粉	たまねぎ, ほうれん草, 人参, りんご	だし昆布
3(金)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	だし昆布
4(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, 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
6(月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし さつまいものマッシュ	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉, さつまいも	たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布
7(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご	白身魚	米, 片栗粉	はくさい, ほうれん草, 人参, りんご	だし昆布
8(水)	つぶし粥 旨煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, きゅうり, りんご	だし昆布
9(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	ほうれん草, 人参, キャベツ, 大根, たまねぎ, りんご	だし昆布
10(金)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	たまねぎ, 人参, ほうれん草, りんご	だし昆布
11(土)	つぶし粥 つぶし煮 りんご	りんご果汁	凍り豆腐	米, 片栗粉	切干し大根, たまねぎ, 人参, はくさい, ほうれん草, りんご, りんご果汁	だし昆布
13(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご	白身魚	米, 片栗粉, じゃがいも	キャベツ, 人参, ほうれん草, たまねぎ, りんご	だし昆布
14(火)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉, じゃがいも	切干し大根, たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布
15(水)	つぶし粥 旨煮(野菜) 煮つぶし	りんご	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	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(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	キャベツ, きゅうり, 人参, 大根, たまねぎ, りんご	だし昆布
17(金)	つぶし粥 旨煮 おろし煮	りんご	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, 大根, りんご	だし昆布
18(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, 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
21(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご 	白身魚	米, 片栗粉	はくさい, ほうれん草, 人参, りんご	だし昆布
22(水)	つぶし粥 旨煮 クタクタ煮	りんご 	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, きゅうり, りんご	だし昆布
23(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	キャベツ, きゅうり, 人参, 大根, たまねぎ, りんご	だし昆布
24(金)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	たまねぎ, 人参, ほうれん草, りんご	だし昆布
25(土)	つぶし粥 つぶし煮 りんご	りんご果汁	凍り豆腐	米, 片栗粉	切干し大根, たまねぎ, 人参, はくさい, ほうれん草, りんご, りんご果汁	だし昆布
27(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご 	白身魚	米, 片栗粉, じゃがいも	キャベツ, 人参, ほうれん草, たまねぎ, りんご	だし昆布
28(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし さつまいものマッシュ	りんご 	凍り豆腐	米, 片栗粉, さつまいも	たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布
29(水)	つぶし粥 旨煮 煮つぶし	りんご	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	だし昆布
30(木)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉, じゃがいも	切干し大根, たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布
31(金)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	だし昆布

月平均栄養価 エネルギー 159kcal 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。

