



令和8年 7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
1(水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご 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, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
2(木)	おかゆ 白身魚の煮付け 柔らか煮	りんご おじや	白身魚	米, 三温糖	たまねぎ, ほうれん草, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
3(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	凍り豆腐	米, 三温糖	人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	だし昆布, しょうゆ
4(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	凍り豆腐	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
6(月)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	りんご おじや	凍り豆腐	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
7(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 煮浸し	りんご スープ煮 (そうめん)	白身魚	米, 三温糖, そうめん	はくさい, ほうれん草, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
8(水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご 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, きゅうり, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
9(木)	おかゆ 野菜の旨煮 味噌汁	りんご おじや	鶏肉	米, 三温糖	ほうれん草, 人参, キャベツ, 大根, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
10(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご スープ煮 (はるさめ)	凍り豆腐	米, 三温糖, はるさめ	たまねぎ, 人参, ほうれん草, りんご	だし昆布, 赤味噌, しょうゆ, 塩
11(土)	おかゆ つぶし煮 りんご	おじや	凍り豆腐	米, 三温糖	切干し大根, たまねぎ, 人参, はくさい, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
13(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご お好みおやき	白身魚	米, 三温糖, じゃがいも, 片栗粉	キャベツ, 人参, ほうれん草, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ
14(火)	おかゆ そぼろ煮 きざみ煮	りんご おじや	鶏ひき肉	米, 三温糖, じゃがいも	切干し大根, たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
15(水)	おかゆ 旨煮 野菜スープ	りんご おじや	凍り豆腐	米, じゃがいも, 三温糖	人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩

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)	おかゆ 旨煮 味噌汁	りんご だいこんのお焼き	鶏肉	米, 三温糖, 片栗粉, サラダ油	キャベツ, きゅうり, 人参, 大根, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
17(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご 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, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
18(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじゃ	凍り豆腐	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
21(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 煮浸し	りんご さつまいものおやき	白身魚	米, 三温糖, さつまいも, 片栗粉, サラダ油	はくさい, ほうれん草, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
22(水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご 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, きゅうり, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
23(木)	おかゆ 旨煮 味噌汁	りんご だいこんのお焼き	鶏肉	米, 三温糖, 片栗粉, サラダ油	キャベツ, きゅうり, 人参, 大根, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
24(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご スープ煮 (はるさめ)	凍り豆腐	米, 三温糖, はるさめ	たまねぎ, 人参, ほうれん草, りんご	だし昆布, 赤味噌, しょうゆ, 塩
25(土)	おかゆ つぶし煮 りんご	おじゃ	凍り豆腐	米, 三温糖	切干し大根, たまねぎ, 人参, はくさい, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
27(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご お好みおやき	白身魚	米, 三温糖, じゃがいも, 片栗粉	キャベツ, 人参, ほうれん草, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ
28(火)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	りんご おじゃ	凍り豆腐	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
29(水)	おかゆ 旨煮 野菜スープ	りんご おじゃ	凍り豆腐	米, じゃがいも, 三温糖	人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
30(木)	おかゆ そぼろ煮 きざみ煮	りんご おじゃ	鶏ひき肉	米, 三温糖, じゃがいも	切干し大根, たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
31(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじゃ	凍り豆腐	米, 三温糖	人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	だし昆布, しょうゆ

月平均栄養価 エネルギー 228kcal たんぱく質 7.0g 脂質 2.6g

*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。

