



令和8年 7月 献立表 (9~11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 肉じゃが風 煮浸し | りんご じゃがいものおやき | 牛肉 | 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 | 豚肉 | 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 | 豚肉 | 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 |
| 6(月) | おかゆ 旨煮 きざみ煮 | りんご おじや | 牛肉 | 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 肉じゃが風 煮浸し | りんご じゃがいものおやき | 牛肉 | 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) | 豚ひき肉 | 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 旨煮 りんご | おじや | 牛肉 | 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 そばろ煮 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 | 豚肉 | 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 肉じゃが風 煮浸し | りんご じゃがいものお焼き | 牛肉 | 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 | 豚肉 | 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 |
| 21(火) | おかゆ 白身魚の煮付け 煮浸し | りんご さつまいものお焼き | 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 肉じゃが風 煮浸し | りんご じゃがいものお焼き | 牛肉 | 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) | 豚ひき肉 | 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 旨煮 りんご | おじゃ | 牛肉 | 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 お好みお焼き | 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 | 牛肉 | 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 | 豚肉 | 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 そばろ煮 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 | 豚肉 | 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 247kcal たんぱく質 8.2g 脂質 3.5g

*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。

