



令和8年8月

献立表（幼児クラス）



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(土)	味噌スープ	牛丼, 味噌汁, 甘夏みかん (缶)	牛乳 ももゼリー おかき	さば節, 牛肉, 油揚げ, 牛乳	米, サラダ油, 三温糖, じゃがいも, ももゼリー, おかき	たまねぎ, 人参, ほうれん草, 葉ねぎ, 甘夏みかん (缶)	赤味噌, 白味噌, しらたき, しょうゆ, 本みりん
3(月)	味噌スープ	ごはん, 牛肉と野菜の炒めもの, 味噌汁	牛乳 わかめごはん	さば節, 牛肉, わかめ, 牛乳, 油揚げ	米, サラダ油, 三温糖	人参, たまねぎ, 小松菜, キャベツ, 大根	赤味噌, 白味噌, しょうゆ, 本みりん
4(火)	味噌スープ	鮭のおすし, 青菜の炒り煮, すまし汁	牛乳 ミニ冷麺	さば節, 銀鮭, きざみのり, 油揚げ, 絹豆腐 (冷), 牛乳, ボンレスハム	米, 三温糖, サラダ油, うどん	きゅうり, 小松菜, 人参, たまねぎ, しめじ, 糸みつば, コーン (冷)	赤味噌, 白味噌, だし昆布, 酢, 塩, しょうゆ, ブイヨン
5(水)	味噌スープ	ごはん, なすのそぼろ煮, 春雨ソテー	牛乳 茹でとうもろこし おかき	さば節, 豚ひき肉, ロースハム, 牛乳	米, 三温糖, サラダ油, はるさめ, 片栗粉, おかき	茄子, たまねぎ, 人参, さやいんげん, きゅうり, キャベツ, スイートコーン	赤味噌, 白味噌, しょうゆ, 塩
6(木)	味噌スープ	ふりかけごはん, 魚のフライ, 野菜のソテー, 豆腐のスープ, みかん (缶)	牛乳 すいかのポンチ	さば節, カラスガレイ, 絹豆腐 (冷), 牛乳	米, 小麦粉, パン粉, サラダ油, 三温糖	エリンギ, キャベツ, 人参, 緑豆, もやし, ほうれん草, みかん (缶), すいか, 白桃 (缶)	赤味噌, 白味噌, ふりかけ, 塩, ウスターソース, トマトケチャップ, ブイヨン, しょうゆ
7(金)	味噌スープ	ごはん, 肉じゃが, ゆかり煮	牛乳 ラスク	さば節, 牛肉, 牛乳	米, じゃがいも, 三温糖, サラダ油, ドッグパン, グラニュー糖	たまねぎ, 人参, グリンピース (冷), きゅうり, キャベツ	赤味噌, 白味噌, しらたき, しょうゆ, ゆかり
8(土)	味噌スープ	中華丼, 味噌汁, みかん (缶)	牛乳 米ポン菓子 みかんゼリー	さば節, 豚肉, 牛乳	米, 三温糖, 片栗粉, サラダ油, 米ポン菓子, みかんゼリー	干しいたけ, はくさい, 人参, たまねぎ, かぼちゃ, 小松菜, みかん (缶)	赤味噌, 白味噌, ブイヨン, しょうゆ, 塩
10(月)	味噌スープ	ごはん, 焼き魚, ピーマンの炒り煮, 味噌汁	牛乳 梨 せんべい	さば節, 秋鮭, ボンレスハム, 牛乳	米, サラダ油, 三温糖, さつまいも, せんべい	ピーマン, 人参, えのきたけ, たまねぎ, チンゲンツアイ, 梨	赤味噌, 白味噌, 塩, しらたき, しょうゆ
12(水)	味噌スープ	ごはん, ひじきの五目煮, 味噌汁	コーンフレークの牛乳かけ	さば節, 牛肉, 油揚げ, ひじき, 牛乳	米, 三温糖, サラダ油, コーンフレーク	大根, 人参, グリンピース (冷), かぼちゃ, たまねぎ, 葉ねぎ, みかん (缶)	赤味噌, 白味噌, しらたき, しょうゆ
13(木)	味噌スープ	ツナカレー, 甘酢煮, みかん (缶)	牛乳 米ポン菓子 みかんゼリー	さば節, ベーコン, まぐろ (水煮), わかめ, 牛乳	米, じゃがいも, サラダ油, 上新粉, 三温糖, 米ポン菓子, みかんゼリー	たまねぎ, 人参, グリンピース (冷), にんにく, しょうが, きゅうり, みかん (缶)	赤味噌, 白味噌, 塩, カレー粉, ブイヨン, トマトケチャップ, ウスターソース, しょうゆ, チャツネ, 酢
14(金)	味噌スープ	ごはん, エコふりかけ, 切り干し大根のいり煮, 味噌汁	牛乳 くず餅	さば節, 鶏ひき肉, 油揚げ, わかめ, 牛乳, きな粉	米, 三温糖, サラダ油, じゃがいも, 片栗粉	切干し大根, 干しいたけ, 人参, たまねぎ	赤味噌, 白味噌, さば節 (だしがら), しょうゆ, 本みりん
15(土)	味噌スープ	牛丼, 味噌汁, 甘夏みかん (缶)	牛乳 ももゼリー おかき	さば節, 牛肉, 油揚げ, 牛乳	米, サラダ油, 三温糖, じゃがいも, ももゼリー, おかき	たまねぎ, 人参, ほうれん草, 葉ねぎ, 甘夏みかん (缶)	赤味噌, 白味噌, しらたき, しょうゆ, 本みりん
17(月)	味噌スープ	ごはん, 牛肉と野菜の炒めもの, 味噌汁	牛乳 わかめごはん	さば節, 牛肉, わかめ, 牛乳, 油揚げ	米, サラダ油, 三温糖	人参, たまねぎ, 小松菜, キャベツ, 大根	赤味噌, 白味噌, しょうゆ, 本みりん

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
18(火)	味噌スープ	鮭のおすし、青菜の炒り煮、すまし汁 豆腐としめじ	牛乳 ミニ冷麺	さば節、銀鮭、さざみのり、油揚げ、絹豆腐(冷)、牛乳、ボンレスハム	米、三温糖、サラダ油、うどん	きゅうり、小松菜、人参、たまねぎ、しめじ、糸みつば、コーン(冷)	赤味噌、白味噌、だし昆布、酢、塩、しょうゆ、ブイヨン
19(水)	味噌スープ	ごはん、なすのそぼろ煮、春雨ソテー	牛乳 茹でとうもろこしおかき	さば節、豚ひき肉、ロースハム、牛乳	米、三温糖、サラダ油、はるさめ、片栗粉、おかき	茄子、たまねぎ、人参、さやいんげん、きゅうり、キャベツ、スイートコーン	赤味噌、白味噌、しょうゆ、塩
20(木)	味噌スープ	ごはん、肉じゃが、ゆかり煮	牛乳 ラスク	さば節、牛肉、牛乳	米、じゃがいも、三温糖、サラダ油、ドッグパン、グラニュー糖	たまねぎ、人参、グリーンピース(冷)、きゅうり、キャベツ	赤味噌、白味噌、しらたき、しょうゆ、ゆかり
21(金)	味噌スープ	ごはん、ムニエル、ラタトゥイユ、野菜スープ	牛乳 すいかおかき	さば節、カラスガレイ、ベーコン、牛乳	米、小麦粉、サラダ油、じゃがいも、おかき	トマトピューレ、トマト、ピーマン、茄子、たまねぎ、にんにく、人参、ほうれん草、すいか	赤味噌、白味噌、塩、ブイヨン、しょうゆ
22(土)	味噌スープ	中華丼、味噌汁、みかん(缶)	牛乳 米ボン菓子 みかんゼリー	さば節、豚肉、牛乳	米、三温糖、片栗粉、サラダ油、米ボン菓子、みかんゼリー	干しいたけ、はくさい、人参、たまねぎ、かぼちゃ、小松菜、みかん(缶)	赤味噌、白味噌、ブイヨン、しょうゆ、塩
24(月)	味噌スープ	ごはん、焼き魚、ピーマンの炒り煮、味噌汁	牛乳 梨 せんべい	さば節、秋鮭、ボンレスハム、牛乳	米、サラダ油、三温糖、さつまいも、せんべい	ピーマン、人参、えのきたけ、たまねぎ、チンゲンツアイ、梨	赤味噌、白味噌、塩、しらたき、しょうゆ
25(火)	味噌スープ	ごはん、ひじきの五目煮、味噌汁	コーンフレークの牛乳かけ	さば節、牛肉、油揚げ、ひじき、牛乳	米、三温糖、サラダ油、コーンフレーク	大根、人参、グリーンピース(冷)、かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、みかん(缶)	赤味噌、白味噌、しらたき、しょうゆ
26(水)	味噌スープ	中華おこわ、きゅうりの炒め漬け、とうがんのスープ	牛乳 甘夏みかん(缶) せんべい	さば節、豚肉、絹豆腐(冷)、牛乳	もち米、米、サラダ油、三温糖、せんべい	たけのこ(水煮)、干しいたけ、人参、きゅうり、大根、とうがん、オクラ、甘夏みかん(缶)	赤味噌、白味噌、だし昆布、ブイヨン、しょうゆ、塩、酢
27(木)	味噌スープ	夏野菜のカレー、甘酢煮、みかん(缶)	牛乳 米ボン菓子 みかんゼリー	さば節、牛肉、わかめ、牛乳	米、じゃがいも、サラダ油、上新粉、三温糖、米ボン菓子、みかんゼリー	かぼちゃ、たまねぎ、人参、茄子、さやいんげん、にんにく、しょうが、キャベツ、きゅうり、みかん(缶)	赤味噌、白味噌、塩、カレー粉、ブイヨン、トマトケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、チャツネ、酢
28(金)	味噌スープ	ごはん、エコふりかけ、切り干し大根のいり煮、味噌汁	牛乳 くず餅	さば節、鶏ひき肉、油揚げ、わかめ、牛乳、きな粉	米、三温糖、サラダ油、じゃがいも、片栗粉	切干し大根、干しいたけ、人参、たまねぎ	赤味噌、白味噌、さば節(だしがら)、しょうゆ、本みりん
29(土)	味噌スープ	ビビンパ、ワカメスープ、みかん(缶)	牛乳 しそおにぎり	さば節、牛肉、絹豆腐(冷)、わかめ、牛乳	米、三温糖、サラダ油	にら、切干し大根、人参、緑豆もやし、ほうれん草、しょうが、たまねぎ、はくさい、みかん(缶)	赤味噌、白味噌、しょうゆ、酢、ブイヨン、塩、ゆかり
31(月)	味噌スープ	ごはん、照り焼き魚、添え野菜、味噌汁	牛乳 焼芋	さば節、カラスガレイ、絹豆腐(冷)、牛乳	米、三温糖、サラダ油、さつまいも	ほうれん草、人参、たまねぎ、大根、葉ねぎ	赤味噌、白味噌、しょうゆ、本みりん、塩

月平均栄養価 (幼児) エネルギー 573kcal たんぱく質 22.4g 脂質 16.3g

*献立は諸事情により、変更することがあります。

