令和5年8月分　献立表

摂津市立認定こども園（短時間部）

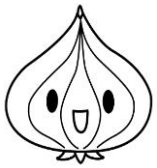
日付		献　立　名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの
1	火	切干ごはん 豆乳入り味噌汁	鶏もも皮なし,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお･昆布)	米,砂糖,サラダ油	切り干し大根,にんじん,いんげん,はくさい,えのきたけ,ねぎ
2	水	豆乳ﾛｰﾙ･黒ごまﾛｰﾙ 香味揚げ･ヒレカツ もやしスープ,みかんゼリー･ももゼリー	カレイ,ヒレカツ,だし(かつお･昆布)	豆乳ロール,黒ごまロール,サラダ油,片栗粉,砂糖	土生姜,グリーンアスパラガス,緑豆もやし,にんじん,なす,生しいたけ,チンゲンサイ,国産みかんゼリー,国産ももゼリー
3	木	五目ラーメン コーンサラダ	豚もも,ムキエビ	むらさきいもせんべい,中華めん(ゆで),サラダ油,ホールコーン,砂糖	にんじん,たけのこ水煮,たまねぎ,ピーマン,キャベツ
4	金	ご飯 カレイの味噌焼き･ごま和え すまし汁	カレイ,みそ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,砂糖,白ごま	土生姜,いんげん,にんじん,しめじ,ほうれんそう
5	土	鶏肉の照り焼き丼 ヨーグルト	鶏もも皮なし,ヨーグルト	米,サラダ油,砂糖,片栗粉	土生姜,たまねぎ,にんじん,しめじ,ねぎ
7	月	ご飯 豚肉の土生姜焼き トマトの味噌汁	豚もも,豆腐,だし(かつお･昆布),みそ	米,白ごま,砂糖,サラダ油	にんじん,にら,たまねぎ,土生姜,トマト,きゅうり,オクラ,なす,ねぎ
8	火	パエリア風ごはん ワカメスープ	ムキエビ,鶏もも皮なし,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,サラダ油,里芋（冷凍）,バター	にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,だいこん,ほうれんそう
9	水	食パン 南瓜シチュー ひじきサラダ	鶏もも皮なし,牛乳,ひじき	食パン,じゃがいも,上新粉,バター,ホールコーン,砂糖	かぼちゃ,にんじん,たまねぎ,グリンピース,キャベツ
10	木	コーンラーメン 南瓜とﾁﾘﾒﾝのｵｰﾌﾞﾝ焼き	豚もも,ムキエビ,ちりめんじゃこ	むらさきいもせんべい,中華めん(ゆで),ホールコーン,ごま油,サラダ油	たまねぎ,にんじん,生しいたけ,ねぎ,かぼちゃ
12	土	豚ニラ丼 ミニゼリー	豚もも	米,糸こんにゃく,サラダ油,砂糖	にんじん,たまねぎ,にら,ごぼう,一口ゼリー
14	月	ひじきごはん 豆乳入り味噌汁	高野豆腐,貝柱水煮,ひじき,カットわかめ,湯葉（干し）,豆乳,みそ,だし(かつお･昆布)	米,砂糖,サラダ油,じゃがいも	にんじん,グリンピース,たまねぎ
15	火	ツナカレー 高野豆腐のゴマ和え	まぐろ水煮,高野豆腐,だし(かつお･昆布)	米,じゃがいも,サラダ油,砂糖,白ごま	たまねぎ,にんじん,グリンピース
16	水	貝柱ご飯 味噌汁	出し昆布,貝柱水煮,カットわかめ,湯葉（干し）,だし(かつお･昆布),みそ	米,砂糖,サラダ油,じゃがいも	干ししいたけ,にんじん,グリンピース,たまねぎ
17	木	ツナピラフ すまし汁	まぐろ水煮,湯葉（干し）,だし(かつお･昆布)	むらさきいもせんべい,米,バター,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,グリンピース

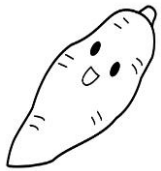
※食材の入荷の関係によりメニューや食材が変更になることがあります。

令和5年8月分　献立表

摂津市立認定こども園（短時間部）

日付		献　立　名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの
18	金	ご飯 カレイの味噌焼き・ごま和え すまし汁	カレイ,みそ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	米,砂糖,白ごま	土生姜,いんげん,にんじん,しめじ,ほうれんそう
19	土	鶏肉の照り焼き丼 ヨーグルト	鶏もも皮なし,ヨーグルト	米,サラダ油,砂糖,片栗粉	土生姜,たまねぎ,にんじん,しめじ,ねぎ
21	月	ご飯 豚肉の土生姜焼き トマトの味噌汁	豚もも,豆腐,だし(かつお・昆布),みそ	米,白ごま,砂糖,サラダ油	にんじん,にら,たまねぎ,土生姜,トマト,きゅうり,オクラ,なす,ねぎ
22	火	パエリア風ごはん ワカメスープ	ムキエビ,鶏もも皮なし,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	米,サラダ油,バター,里芋（冷凍）	にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,だいこん,ほうれんそう
23	水	食パン 南瓜シチュー ひじきサラダ	鶏もも皮なし,牛乳,ひじき	食パン,じゃがいも,上新粉,バター,ホールコーン,砂糖	かぼちゃ,にんじん,たまねぎ,グリンピース,キャベツ
24	木	コーンラーメン 南瓜とﾁﾘﾒﾝのｵｰﾌﾞﾝ焼き	豚もも,ムキエビ,ちりめんじゃこ	中華めん(ゆで),ホールコーン,ごま油,サラダ油	たまねぎ,にんじん,生しいたけ,ねぎ,かぼちゃ
25	金	ご飯 ゴマ焼きサクサク 味噌汁	鮭,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	米,マヨネーズ,パン粉,白ごま,里芋（冷凍）	グリーンアスパラガス,だいこん,にんじん,ねぎ
26	土	豚ニラ丼 国産野菜ゼリー	豚もも	米,糸こんにゃく,サラダ油,砂糖	にんじん,たまねぎ,にら,ごぼう,国産やさいゼリー
28	月	ご飯 鶏肉の照り焼き 味噌汁	鶏もも皮なし,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	米,砂糖,ごま油,里芋（冷凍）	土生姜,いんげん,たまねぎ,にんじん,キャベツ
29	火	夏野菜のカレー ザコ和え	鶏もも皮なし,ちりめんじゃこ	米,じゃがいも,白ごま,砂糖	にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,トマト,ピーマン,なす,緑豆もやし,ほうれんそう
30	水	食パン オクラ入りかき揚げ ニラと豆腐のスープ	ムキエビ,卵,豆腐,湯葉（干し）,だし(かつお・昆布)	食パン,上新粉,サラダ油	かぼちゃ,たまねぎ,オクラ,にんじん,にら,干ししいたけ
31	木	お子様ランチ 春雨スープ アシドミルク	鶏もも皮なし,えびフライ（冷凍）, アシドミルクplus（65ml）,湯葉(干し),貝柱水煮, だし(かつお・昆布)	米,サラダ油,はるさめ	にんじん,たまねぎ,グリンピース,グリーンアスパラガス,しめじ,にら





選択昼食について

選択昼食では献立を２種類用意しており、こどもたちが自分でどちらかを選択します。

３～５歳が対象です。今月は、2日（水）です。

１～２歳は豆乳ロール、香味揚げ、もやしスープ、ゼリーです。

※食材の入荷の関係によりメニューや食材が変更になることがあります。