令和5年8月分　献立表

摂津市立認定こども園

日付		10時のおやつ 1才～2才児のみ	献　立　名	3時のおやつ	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	牛乳 ウエハース	切干ごはん 豆乳入り味噌汁	牛乳 揚げいももち	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布)	ウエハース,米,砂糖,じゃがいも,片栗粉,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	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	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	牛乳 かぼちゃロール	牛乳(飲用),カレイ,ヒレカツ,だし(かつお・昆布)	ベビースティック,豆乳ロール,黒ごまロール,サラダ油,片栗粉,砂糖,かぼちゃロール	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	牛乳 むらさき芋せんべい	五目ラーメン コーンサラダ	牛乳 チーズトースト	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,粉チーズ	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,食パン,バター	にんじん,たけのこ水煮,たまねぎ,ピーマン,キャベツ
4	金	牛乳 あられ	ご飯 カレイの味噌焼き・ごま和え すまし汁	牛乳 スイカ こめ棒くん	牛乳(飲用),カレイ,みそ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	あられ,米,砂糖,白ごま,こめ棒くん	土生姜,いんげん,にんじん,しめじ,ほうれんそう,すいか
5	土	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	鶏肉の照り焼き丼 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,ヨーグルト	ベビースティック,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	牛乳 昆布おかき	ご飯 豚肉の土生姜焼き トマトの味噌汁	牛乳 メロン 豆花クッキー	牛乳(飲用),豚もも,豆腐,だし(かつお・昆布),みそ	昆布おかき,米,白ごま,砂糖,サラダ油,豆花クッキー	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,メロン
8	火	牛乳 ウエハース	パエリア風ごはん ワカメスープ	牛乳 マフィン	牛乳(飲用),ムキエビ,鶏もも皮なし,カットわかめ,だし(かつお・昆布),卵,牛乳	ウエハース,米,サラダ油,バター,里芋(冷凍),ホットケーキミックス,砂糖	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	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	食パン 南瓜シチュー ひじきサラダ	牛乳 わらび餅	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,ひじき,きなこ	ベビースティック,食パン,じゃがいも,上新粉,バター,ホールコーン,砂糖,わらびもち粉	かぼちゃ,にんじん,たまねぎ,グリンピース,キャベツ
10	木	牛乳 むらさき芋せんべい	コーンラーメン 南瓜とﾁﾘﾒﾝのｵｰﾌﾞﾝ焼き	牛乳 きなこ蒸しパン	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,ちりめんじゃこ,卵,牛乳,きなこ	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,ホットケーキミックス,砂糖	たまねぎ,にんじん,生しいたけ,ねぎ,かぼちゃ
12	土	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	豚ニラ丼 ミニゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも	ベビースティック,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	牛乳 昆布おかき	ひじきごはん 豆乳入り味噌汁	牛乳 星っこ きなこせんべい	牛乳(飲用),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)	昆布おかき,米,砂糖,サラダ油,じゃがいも,星っこ,きなこせんべい	にんじん,グリンピース,たまねぎ
15	火	牛乳 ウエハース	ツナカレー 高野豆腐のゴマ和え	牛乳 ミニぽんこざかな ふんわりきなこロール	牛乳(飲用),まぐろ水煮,高野豆腐,だし(かつお・昆布)	ウエハース,米,じゃがいも,サラダ油,砂糖,白ごま,ミニぽんこざかな,ふんわりきなこロール	たまねぎ,にんじん,グリンピース
16	水	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	貝柱ご飯 味噌汁	牛乳 きなこ棒 昆布おかき	牛乳(飲用),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	ベビースティック,米,砂糖,サラダ油,じゃがいも,きなこ棒,昆布おかき	干ししいたけ,にんじん,グリンピース,たまねぎ
17	木	牛乳 むらさき芋せんべい	ツナピラフ すまし汁	牛乳 黒糖入り蒸しパン	牛乳(飲用),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,黒砂糖,ホットケーキミックス	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

日付		10時のおやつ 1才～2才児のみ	献　立　名	3時のおやつ	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	牛乳 あられ	ご飯 カレイの味噌焼き・ごま和え すまし汁	牛乳 スイカ こめ棒くん	牛乳(飲用),カレイ,みそ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	あられ,米,砂糖,白ごま,こめ棒くん	土生姜,いんげん,にんじん,しめじ,ほうれんそう,すいか
19	土	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	鶏肉の照り焼き丼 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,ヨーグルト	ベビースティック,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	牛乳 昆布おかき	ご飯 豚肉の土生姜焼き トマトの味噌汁	牛乳 メロン 豆花クッキー	牛乳(飲用),豚もも,豆腐,だし(かつお・昆布),みそ	昆布おかき,米,白ごま,砂糖,サラダ油,豆花クッキー	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,メロン
22	火	牛乳 ウエハース	パエリア風ごはん ワカメスープ	牛乳 コーンの塩ゆで ※3歳未満児はふかし芋	牛乳(飲用),ムキエビ,鶏もも皮なし,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	ウエハース,米,サラダ油,バター,里芋(冷凍),さつまいも(3歳未満児),とうもろこし(3歳以上児)	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	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	食パン 南瓜シチュー ひじきサラダ	牛乳 わらび餅	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,ひじき,きなこ	ベビースティック,食パン,じゃがいも,上新粉,バター,ホールコーン,砂糖,わらびもち粉	かぼちゃ,にんじん,たまねぎ,グリンピース,キャベツ
24	木	牛乳 むらさき芋せんべい	コーンラーメン 南瓜とﾁﾘﾒﾝのｵｰﾌﾞﾝ焼き	牛乳 きなこ蒸しパン	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,ちりめんじゃこ,卵,牛乳,きなこ	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,ホットケーキミックス,砂糖	たまねぎ,にんじん,生しいたけ,ねぎ,かぼちゃ
25	金	牛乳 あられ	ご飯 ゴマ焼きサクサク 味噌汁	牛乳 スイカ ミニのりすけ	牛乳(飲用),鮭,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	あられ,米,マヨネーズ,パン粉,白ごま,里芋(冷凍),ミニのりすけ	グリーンアスパラガス,だいこん,にんじん,ねぎ,すいか
26	土	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	豚ニラ丼 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも	ベビースティック,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	牛乳 昆布おかき	ご飯 鶏肉の照り焼き 味噌汁	牛乳 メロン プチスティック	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	昆布おかき,米,砂糖,ごま油,里芋(冷凍),プチスティック	土生姜,いんげん,たまねぎ,にんじん,キャベツ,メロン
29	火	牛乳 ウエハース	夏野菜のカレー ザコ和え	牛乳 りんご蒸しケーキ	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,ちりめんじゃこ	ウエハース,米,じゃがいも,白ごま,砂糖,ホットケーキミックス	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,りんご飲料・果汁100%,レーズン
30	水	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	食パン オクラ入りかき揚げ ニラと豆腐のスープ	牛乳 ヨーグルト和え	牛乳(飲用),ムキエビ,卵,豆腐,湯葉(干し),だし(かつお・昆布),ヨーグルト	ベビースティック,食パン,上新粉,サラダ油,砂糖	かぼちゃ,たまねぎ,オクラ,にんじん,にら,干ししいたけ,みかん(缶詰),白桃(缶詰)
31	木	牛乳 むらさき芋せんべい	お子様ランチ 春雨スープ アシドミルク	オレンジジュース お誕生ケーキ(もも)	牛乳(飲用),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),貝柱水だし(かつお・昆布),卵,牛乳	むらさきいもせんべい,米,サラダ油,はるさめ,ホットケーキミックス,バター,砂糖	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,オレンジジュース,白桃(缶詰)

1～2歳児	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂　質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均値	473	18.6	13.7	286	1.7	211	0.27	0.42	22	4.2	1.6
基準値	475	15～24	10～15	225	2.3	200	0.25	0.33	20	3.5	1.5

3～5歳児	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂　質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均値	524	21.1	14.9	281	2.0	245	0.32	0.46	25	5.3	1.8
基準値	520	17～26	12～18	240	2.2	180	0.28	0.32	20	3.2	1.4

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。