令和5年9月分　献立表

摂津市立認定こども園（短時間部）

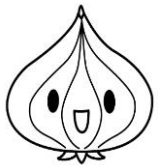
日付		献　立　名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの
1	金	ご飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き すまし汁	鮭,みそ,豆腐,だし(かつお･昆布)	米,マヨネーズ	にんじん,えのきたけ,ねぎ,たまねぎ,はくさい,こまつな
2	土	豚丼 ヨーグルト	豚もも,だし(かつお･昆布),ヨーグルト	米,サラダ油,砂糖	にんじん,たまねぎ,ねぎ,ごぼう
4	月	ご飯 ひじきと豚肉の炒め物 味噌汁	豚もも,ひじき,豆腐,湯葉（干し）,だし(かつお･昆布),みそ	米,サラダ油,砂糖,ごま油	こまつな,にんじん,たまねぎ,ねぎ,だいこん
5	火	ハヤシライス コーンサラダ	牛肉もも	米,じゃがいも,ハヤシルウ,サラダ油,ホールコーン,砂糖	にんじん,たまねぎ,グリンピース,キャベツ
6	水	食パン カレイのトマトソース きのこスープ	カレイ,湯葉（干し）,だし(かつお･昆布)	食パン,片栗粉,サラダ油,ハヤシルウ,砂糖,ごま油	トマト,たまねぎ,にんにく,パセリ,生しいたけ,えのきたけ,こまつな,にんじん
7	木	塩ラーメン ザコ和え	豚もも,ちりめんじゃこ	中華めん(ゆで),サラダ油,白ごま,砂糖	たまねぎ,キャベツ,にんじん,チンゲンサイ,緑豆もやし,ほうれんそう
8	金	ご飯 白身魚の蒲焼き風 かき玉汁	カレイ,卵,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,片栗粉,サラダ油,砂糖	土生姜,キャベツ,たまねぎ,にんじん,ねぎ
9	土	小松菜としめじのあんかけ丼 国産野菜ゼリー	豚もも	米,ごま油,片栗粉	こまつな,しめじ,にんじん,国産やさいゼリー
11	月	ご飯 夏野菜の肉味噌炒め すまし汁	豚もも,みそ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,サラダ油,砂糖	たまねぎ,なす,オクラ,たけのこ水煮,土生姜,にんじん,はくさい,干ししいたけ
12	火	中華風炊込みご飯 豆乳入り味噌汁	豚もも,ムキエビ,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお･昆布)	米,砂糖,ごま油	にんじん,干ししいたけ,たけのこ水煮,いんげん,土生姜,えのきたけ,ほうれんそう
13	水	豆乳ロール･ほうれん草ロール 鮭のカレーマリネ･鶏のカレーマリネ レタスのスープ,りんごゼリー･ももゼリー	鮭,鶏もも皮なし,だし(かつお･昆布)	豆乳ロール,ほうれん草ロール,片栗粉,サラダ油,砂糖,ホールコーン	グリーンアスパラガス,レタス,にんじん,トマト,にら,干ししいたけ,国産りんごゼリー,国産ももゼリー
14	木	カレーうどん 甘酢和え	牛肉もも,だし(かつお･昆布),貝柱水煮	うどん,じゃがいも,砂糖,白ごま	にんじん,たまねぎ,ねぎ,緑豆もやし
15	金	ご飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き すまし汁	鮭,みそ,豆腐,だし(かつお･昆布)	米,マヨネーズ	にんじん,えのきたけ,ねぎ,たまねぎ,はくさい,こまつな

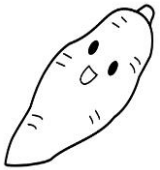
※食材の入荷の関係によりメニューや食材が変更になることがあります。

令和5年9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
16	土	豚丼 ヨーグルト	豚もも,だし(かつお･昆布),ヨーグルト	米,サラダ油,砂糖	にんじん,たまねぎ,ねぎ,ごぼう
19	火	ツナカレー コーンサラダ	まぐろ水煮	米,じゃがいも,サラダ油,ホールコーン,砂糖	たまねぎ,にんじん,キャベツ
20	水	食パン カレイのトマトソース きのこスープ	カレイ,湯葉（干し）,だし(かつお･昆布)	食パン,片栗粉,サラダ油,ハヤシルウ,砂糖,ごま油	トマト,たまねぎ,にんにく,パセリ,生しいたけ,えのきたけ,こまつな,にんじん
21	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
22	金	ご飯 白身魚の蒲焼き風 かき玉汁	カレイ,卵,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,片栗粉,サラダ油,砂糖	土生姜,キャベツ,たまねぎ,にんじん,ねぎ
25	月	貝柱ご飯 味噌汁	出し昆布,貝柱水煮,湯葉（干し）,カットわかめ,だし(かつお･昆布),みそ	米,砂糖,サラダ油,里芋（冷凍）	干ししいたけ,にんじん,グリンピース,たまねぎ
26	火	中華風炊込みご飯 豆乳入り味噌汁	豚もも,ムキエビ,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお･昆布)	米,砂糖,ごま油	にんじん,干ししいたけ,たけのこ水煮,いんげん,土生姜,えのきたけ,ほうれんそう
27	水	食パン クリームシチュー 甘酢和え	鶏もも皮なし,牛乳,貝柱水煮	食パン,じゃがいも,上新粉,バター,砂糖,白ごま	たまねぎ,にんじん,グリンピース,キャベツ
28	木	カレーうどん 甘酢和え	牛肉もも,だし(かつお･昆布),貝柱水煮	うどん,じゃがいも,砂糖,白ごま	にんじん,たまねぎ,ねぎ,緑豆もやし
29	金	吹き寄せおこわ･里芋の煮物 お月見汁 お月見ゼリー	ムキエビ,鶏もも皮なし,だし(かつお･昆布),湯葉（干し）	米,米･もち米,里芋（冷凍）,砂糖,白玉麩	しめじ,にんじん,いんげん,だいこん,こまつな,お月見ゼリー
30	土	小松菜としめじのあんかけ丼 国産野菜ゼリー	豚もも	米,ごま油,片栗粉	こまつな,しめじ,にんじん,国産やさいゼリー





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、13日（水）です。

１～２歳は豆乳ロール、鮭のカレーマリネ、レタスのスープ、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。