令和5年11月分　献立表

摂津市立認定こども園（短時間部）

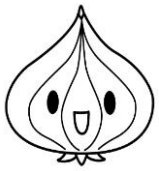
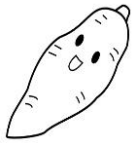
日付		献　立　名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの
1	水	食パン クリームシチュー 甘酢和え	鶏もも皮なし,牛乳,まぐろ水煮	食パン,じゃがいも,上新粉,バター,砂糖	たまねぎ,にんじん,グリンピース,キャベツ
2	木	あんかけうどん 切干大根の中華風サラダ	鶏もも皮なし,だし(かつお･昆布)	うどん,片栗粉,ごま油,砂糖,すりごま	はくさい,にんじん,生しいたけ,ねぎ,土生姜,切り干し大根,きゅうり
4	土	豚きのこ丼 ヨーグルト	豚もも,ヨーグルト	米,糸こんにゃく,砂糖,サラダ油	干ししいたけ,しめじ,にんじん,たまねぎ,グリンピース
6	月	ご飯 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	高野豆腐,卵,鶏もも皮なし,だし(かつお･昆布),カットわかめ,みそ	米,砂糖,里芋（冷凍）	にんじん,干ししいたけ,いんげん,だいこん,ほうれんそう
7	火	ニラご飯 揚げごぼう 豆乳入り味噌汁	豚もも,ちりめんじゃこ,カットわかめ,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお･昆布)	米,ごま油,白ごま,片栗粉,サラダ油,砂糖	にら,ごぼう,はくさい,にんじん,えのきたけ,ねぎ
8	水	肉うどん･きつねうどん 大豆の磯煮 みかんゼリー･ももゼリー	だし(かつお･昆布),牛肉もも,油あげ,ひじき,鶏もも皮なし,大豆(ゆで)	うどん,砂糖,糸こんにゃく,サラダ油	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,いんげん,国産みかんゼリー,国産ももゼリー
9	木	食パン 酢豚 野菜スープ	豚肉,だし(かつお･昆布)	食パン,片栗粉,サラダ油,砂糖	土生姜,にんじん,たけのこ水煮,たまねぎ,干ししいたけ,ピーマン,緑豆もやし,キャベツ,ねぎ
10	金	ご飯 鮭のチャンチャン味噌焼き すまし汁	鮭,みそ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,砂糖,サラダ油	えのきたけ,しめじ,ピーマン,にんじん,たまねぎ,こまつな
11	土	牛丼 国産野菜ゼリー	牛肉もも,だし(かつお･昆布)	米,サラダ油,糸こんにゃく,砂糖	にんじん,たまねぎ,ねぎ,ごぼう,国産やさいゼリー
13	月	ご飯 ピーマンと豚肉のきんぴら 味噌汁	豚もも,湯葉（干し）,カットわかめ,だし(かつお･昆布),みそ	米,糸こんにゃく,白ごま,砂糖,ごま油,サラダ油	ピーマン,ごぼう,にんじん,たまねぎ,だいこん,はくさい,こまつな
14	火	豚肉寿司 かき玉汁	豚もも,だし(かつお･昆布),卵,カットわかめ	米,砂糖,サラダ油,白ごま	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ,ねぎ
15	水	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,ブロッコリー,生しいたけ,にら
16	木	あんかけうどん 切干大根の中華風サラダ	鶏もも皮なし,だし(かつお･昆布)	うどん,片栗粉,ごま油,砂糖,すりごま	はくさい,にんじん,生しいたけ,ねぎ,土生姜,切り干し大根,きゅうり

【お願い】
　※お子さんがこども園で初めて口にする食材がないように、事前にお家で試してください。
【お知らせ】
　※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11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
17	金	ご飯 白身魚のカレー揚げ しめじスープ	カレイ,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,片栗粉,サラダ油	ブロッコリー,にんじん,緑豆もやし,しめじ,こまつな
18	土	豚きのこ丼 ヨーグルト	豚もも,ヨーグルト	米,糸こんにゃく,砂糖,サラダ油	干ししいたけ,しめじ,にんじん,たまねぎ,グリンピース
20	月	ご飯 焼肉 ワカメスープ	牛肉もも,赤味噌,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,サラダ油,白ごま,砂糖	ねぎ,たまねぎ,土生姜,にんにく,にんじん,緑豆もやし,はくさい,にら
21	火	ニラご飯 揚げごぼう 豆乳入り味噌汁	豚もも,ちりめんじゃこ,カットわかめ,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお･昆布)	米,ごま油,白ごま,片栗粉,サラダ油,砂糖	にら,ごぼう,はくさい,にんじん,えのきたけ,ねぎ
22	水	食パン クリームシチュー 甘酢和え	鶏もも皮なし,牛乳,まぐろ水煮	食パン,じゃがいも,上新粉,バター,砂糖	たまねぎ,にんじん,グリンピース,キャベツ
24	金	ご飯 鮭の照焼・炒めなます 味噌汁	鮭,豆腐,油揚げ,だし(かつお･昆布),みそ	米,砂糖,白ごま	だいこん,にんじん,たまねぎ,ほうれんそう
25	土	牛丼 国産野菜ゼリー	牛肉もも,だし(かつお･昆布)	米,サラダ油,糸こんにゃく,砂糖	にんじん,たまねぎ,ねぎ,ごぼう,国産やさいゼリー
27	月	ご飯 ピーマンと豚肉のきんぴら 味噌汁	豚もも,湯葉（干し）,カットわかめ,だし(かつお･昆布),みそ	米,糸こんにゃく,白ごま,砂糖,ごま油,サラダ油	ピーマン,ごぼう,にんじん,たまねぎ,だいこん,はくさい,こまつな
28	火	豚肉寿司 かき玉汁	豚もも,だし(かつお･昆布),卵,カットわかめ	米,砂糖,サラダ油,白ごま	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ,ねぎ
29	水	食パン サクッとバーグ もやしスープ	牛ひき肉,豚ひき肉,卵,ピザ用チーズ,だし(かつお･昆布)	食パン,パン粉	たまねぎ,緑豆もやし,にんじん,チンゲンサイ,生しいたけ
30	木	ちゃんぽん なすの炒め煮	豚もも,ムキエビ	中華めん(ゆで),ごま油,白ごま,砂糖,サラダ油	にんじん,たけのこ水煮,キャベツ,生しいたけ,ピーマン,なす

【お願い】
　※お子さんがこども園で初めて口にする食材がないように、事前にお家で試してください。
【お知らせ】
　※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。