令和6年2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才児クラスのみ	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	木	牛乳 むらさき芋せんべい	塩ラーメン 大根のそぼろ煮	牛乳 きなこ豆腐ドーナツ	牛乳（飲用）,豚もも,鶏ひき肉,だし(かつお･昆布),木綿豆腐,きなこ	むらさきいもせんべい,中華めん(ゆで),サラダ油,砂糖,ホットケーキミックス	たまねぎ,キャベツ,にんじん,チンゲンサイ,だいこん,土生姜
2	金	牛乳 あられ	手巻き寿司※ つみれ汁 ※3歳未満児はちらし寿司	牛乳 かぼちゃロール	牛乳（飲用）,出し昆布,まぐろ水煮,湯葉（干し）,ウインナー,焼きのり,いわしすり身,だし(かつお･昆布)	あられ,米,砂糖,白ごま,片栗粉,かぼちゃロール	にんじん,土生姜,きゅうり,ねぎ,はくさい,こまつな
3	土	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	ご飯 豚ニラ丼の具 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,お菓子	にんじん,たまねぎ,にら,ごぼう,国産やさいゼリー
5	月	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 豚じゃが 味噌汁	牛乳 りんご 豆花クッキー	牛乳（飲用）,豚もも,だし(かつお･昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,じゃがいも,サラダ油,砂糖,豆花クッキー	にんじん,たまねぎ,土生姜,いんげん,だいこん,キャベツ,しめじ,こまつな,りんご
6	火	牛乳 ウエハース	鶏ごぼうご飯 石狩汁	牛乳 大学芋	牛乳（飲用）,鶏もも皮なし,鮭,豆腐,みそ,だし(かつお･昆布)	ウエハース,米,サラダ油,砂糖,さつまいも,水あめ,黒ごま	にんじん,ごぼう,いんげん,はくさい,だいこん,ねぎ
7	水	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	食パン クリームシチュー ひじきサラダ	牛乳 アップルマフィン	牛乳（飲用）,鶏もも皮なし,牛乳,ひじき,卵	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,ホットケーキミックス	たまねぎ,にんじん,グリンピース,キャベツ,りんご（缶詰）
8	木	ジュース ミニハート ※3歳以上児にも提供します	豆乳ロールor黒ごまロール※ から揚げ･ﾎﾟﾃﾄ･ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ﾌﾗﾝｸﾌﾙﾄ ※3歳未満児は豆乳ロール	お茶 星っこ ミニぽんこざかな	鶏もも皮なし,フランクフルト	かぼちゃボーロ,豆乳ロール,黒ごまロール,片栗粉,サラダ油,フライドポテト,ミニハート,ほうじ茶,星っこ,ミニぽんこざかな	土生姜,ブロッコリー,きになる野菜(ｱｯﾌﾟﾙｷｬﾛｯﾄ),きになる野菜(ｼﾛﾌﾞﾄﾞｳﾎｳﾚﾝｿｳ)
9	金	牛乳 あられ	ご飯 ゴマ焼きサクサク すまし汁	牛乳 いよかん プチスティック	牛乳（飲用）,鮭,油揚げ,だし(かつお･昆布)	あられ,米,マヨネーズ,パン粉,白ごま,プチスティック	ブロッコリー,にんじん,緑豆もやし,はくさい,こまつな,いよかん
10	土	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	ご飯 どんどろけ飯風どんぶりの具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳（飲用）,木綿豆腐,油揚げ,だし(かつお･昆布),ヨーグルト	ベビースティック,米,糸こんにゃく,サラダ油,砂糖,片栗粉,お菓子	干ししいたけ,にんじん,ごぼう,ねぎ
13	火	牛乳 ウエハース	ツナピラフ 野菜スープ	牛乳 黒糖入り蒸しパン	牛乳（飲用）,まぐろ水煮,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	ウエハース,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,干ししいたけ
14	水	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	豆乳ロールorほうれん草ロール 鮭の照焼きor鶏肉の照り焼き 味噌汁,みかんゼリーorももゼリー	牛乳 ふかし芋	牛乳（飲用）,鮭,鶏もも皮なし,だし(かつお･昆布),みそ	ベビースティック,豆乳ロール,ほうれん草ロール,さつまいも	土生姜,ブロッコリー,緑豆もやし,はくさい,にんじん,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
15	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),貝柱水煮,だし(かつお･昆布),卵,牛乳	むらさき芋せんべい,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,ブロッコリー,しめじ,にら,オレンジジュース,白桃（缶詰）

【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6年2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才児クラスのみ	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
16	金	牛乳 あられ	ご飯 白身魚のバーベキューソース ニラ玉スープ	牛乳 いよかん ミニわかめちゃん	牛乳(飲用),カレイ,卵,だし(かつお･昆布)	あられ,米,片栗粉,サラダ油,砂糖,ミニわかめちゃん	にんにく,土生姜,ねぎ,ブロッコリー,たまねぎ,にんじん,しめじ,にら,いよかん
17	土	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	ご飯 豚ニラ丼の具 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,お菓子	にんじん,たまねぎ,にら,ごぼう,国産やさいゼリー
19	月	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 もぐもぐかみかみ丼の具 かみなり汁	牛乳 りんご プチスティック	牛乳(飲用),大豆(ゆで),ちりめんじゃこ,だし汁(かつお･昆布),木綿豆腐,だし(かつお･昆布)	かぼちゃボーロ,米,片栗粉,さつまいも,サラダ油,砂糖,白ごま,里芋(冷凍),ごま油,プチスティック	れんこん,にんじん,かぶ･根,かぶ･葉,生しいたけ,りんご
20	火	牛乳 ウエハース	鶏ごぼうご飯 石狩汁	牛乳 大学芋	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,鮭,豆腐,みそ,だし(かつお･昆布)	ウエハース,米,サラダ油,砂糖,さつまいも,水あめ,黒ごま	にんじん,ごぼう,いんげん,はくさい,だいこん,ねぎ
21	水	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	食パン 豆乳チャウダー ひじきサラダ	牛乳 アップルマフィン	牛乳(飲用),ベーコン,みそ,豆乳,ひじき,卵,牛乳	ベビースティック,食パン,じゃがいも,ホールコーン,バター,砂糖,ホットケーキミックス	にんじん,たまねぎ,しめじ,ほうれんそう,にんにく,キャベツ,りんご(缶詰)
22	木	牛乳 むらさき芋せんべい	塩ラーメン 大根のそぼろ煮	牛乳 きなこ豆腐ドーナツ	牛乳(飲用),豚もも,鶏ひき肉,だし(かつお･昆布),木綿豆腐,きなこ	むらさきいもせんべい,中華めん(ゆで),サラダ油,砂糖,ホットケーキミックス	たまねぎ,キャベツ,にんじん,チンゲンサイ,だいこん,土生姜
24	土	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	ご飯 どんどろけ飯風どんぶりの具 ミニゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),木綿豆腐,油揚げ,だし(かつお･昆布)	ベビースティック,米,糸こんにゃく,サラダ油,砂糖,片栗粉,お菓子	干ししいたけ,にんじん,ごぼう,ねぎ,一口ゼリー
26	月	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 豚じゃが 味噌汁	牛乳 りんご 豆花クッキー	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお･昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,じゃがいも,サラダ油,砂糖,豆花クッキー	にんじん,たまねぎ,土生姜,いんげん,だいこん,キャベツ,しめじ,こまつな,りんご
27	火	牛乳 ウエハース	ひじきごはん 豆乳入り味噌汁	牛乳 南瓜ケーキ	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,ひじき,だし(かつお･昆布),豆腐,豆乳,みそ,卵,牛乳	ウエハース,米,砂糖,サラダ油,ホットケーキミックス,バター	にんじん,いんげん,はくさい,えのきたけ,ねぎ,かぼちゃ(冷凍)
28	水	牛乳 ﾍﾞﾋﾞｰｽﾃｨｯｸ	食パン 大豆のかき揚げ※　野菜スープ ※3歳未満児はカレイのから揚げ	牛乳 お好みピザ	牛乳(飲用),大豆(ゆで),ひじき,ちりめんじゃこ,卵,だし(かつお･昆布),まぐろ水煮,ピザ用チーズ	ベビースティック,食パン,小麦粉,サラダ油	にんじん,たまねぎ,緑豆もやし,キャベツ,干ししいたけ,こまつな,ピーマン
29	木	牛乳 むらさき芋せんべい	ワカメうどん 甘酢和え	牛乳 ごまラスク	牛乳(飲用),カットわかめ,鶏もも皮なし,だし(かつお･昆布),まぐろ水煮	むらさきいもせんべい,うどん,砂糖,食パン,バター,白ごま	にんじん,ねぎ,たまねぎ,はくさい

栄養給与量

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	480	18.0	14.8	297	2.0	208	0.29	0.42	40	4.1	1.4
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	530	20.0	16.0	282	2.3	243	0.33	0.43	44	5.1	1.6
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、14日（水）です。

１～２歳は豆乳ロール、鮭の照焼き、味噌汁、ゼリーです。

【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。