

令和6年6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 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 小松菜としめじのあんかけ丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ヨーグルト	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お菓子	こまつな,しめじ,にんじん
3 月	牛乳 かぼちゃポーロ	ご飯 ピーマンと豚肉のきんぴら 味噌汁	牛乳 りんご ミニぼんござかな	牛乳(飲用),豚もも,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	かぼちゃポーロ,米,糸こんにゃく,白ごま,砂糖,ごま油,なたね油,里芋(冷凍),ミニぼんござかな	ピーマン,ごぼう,にんじん,たまねぎ,キャベツ,チンゲンサイ,りんご
4 火	牛乳 ウエハース	豚肉寿司 すまし汁	牛乳 お米de国産もものタルト	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお・昆布),豆腐	ウエハース,米,砂糖,なたね油,白ごま,お米de国産もものタルト	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ,こまつな
5 水	牛乳 ハイハイ	食パン あじさい揚げ レタスとトマトのスープ	牛乳 ヨーグルト和え	牛乳(飲用),ムキエビ,卵,鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),ヨーグルト	ハイハイ,食パン,上新粉,なたね油,砂糖	なす,たまねぎ,にんじん,みつぼ,トマト,レタス,みかん(缶詰),白桃(缶詰)
6 木	牛乳 むらさき芋せんべい	コーンラーメン 大豆の磯煮	牛乳 クッキーパン	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,ひじき,大豆(ゆで),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),卵,牛乳	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,糸こんにゃく,砂糖,なたね油,食パン,バター,ホットケーキミックス	たまねぎ,にんじん,生しいたけ,ねぎ,いんげん,だいこん
7 金	牛乳 あられ	ご飯 カレーの味噌焼き・蒸し南瓜 すまし汁	牛乳 メロン ザラメせんべい	牛乳(飲用),カレー,みそ,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	あられ,米,砂糖,白ごま,ザラメせんべい	土生姜,かぼちゃ(冷凍),はくさい,にんじん,緑豆もやし,たまねぎ,メロン
8 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 中華丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お菓子	干しいたけ,にんじん,キャベツ,ピーマン,たけのこ水煮,土生姜,国産やさしいゼリー
10 月	牛乳 マンナビスケット	ご飯 豚肉のマーボー風 すまし汁	牛乳 りんご ふんわりきなこロール	牛乳(飲用),豚もも,赤味噌,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	マンナビスケット,米,なたね油,砂糖,片栗粉,ごま油,ふんわりきなこロール	なす,にんじん,しめじ,にら,にんにく,ねぎ,たまねぎ,切り干し大根,りんご
11 火	牛乳 ウエハース	中華風炊込みご飯 豆乳入り味噌汁	牛乳 青のりフライドポテト	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布),青のり	ウエハース,米,砂糖,ごま油,じゃがいも,なたね油	にんじん,干しいたけ,たけのこ水煮,いんげん,土生姜,はくさい,えのきたけ,ねぎ
12 水	牛乳 ハイハイ	豆乳ロールor黒ごまロール※ カレーのから揚げor鶏肉のから揚げ ニラと豆腐のスープ,りんごゼリーorももゼリー	牛乳 りんご蒸しケーキ	牛乳(飲用),カレー,鶏もも皮なし,豆腐,だし(かつお・昆布)	ハイハイ,豆乳ロール,黒ごまロール,片栗粉,なたね油,ホットケーキミックス,砂糖	グリーンアスパラガス,土生姜,たまねぎ,にんじん,にら,干しいたけ,国産りんごゼリー,国産ももゼリー,りんご飲料・果汁100%,レーズン
13 木	牛乳 むらさき芋せんべい	カレーうどん かぼちゃの磯煮	牛乳 ピザトースト	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお・昆布),ひじき,ピザ用チーズ,まぐろ水煮	むらさきいもせんべい,うどん,じゃがいも,カレールウ,砂糖,なたね油,食パン	にんじん,たまねぎ,ねぎ,かぼちゃ,ピーマン
14 金	牛乳 あられ	ご飯 魚のから揚げネギソース 味噌汁	牛乳 メロン 豆花クッキー	牛乳(飲用),カレー,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	あられ,米,片栗粉,なたね油,砂糖,ごま油,里芋(冷凍),豆花クッキー	土生姜,ねぎ,だいこん,たまねぎ,こまつな,メロン
15 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 小松菜としめじのあんかけ丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ヨーグルト	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お菓子	こまつな,しめじ,にんじん

【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6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
17 月	牛乳 かぼちゃポーロ	救給カレー 甘酢和え	牛乳 揚げいもち	牛乳(飲用),まぐろ水煮	かぼちゃポーロ,救給カレー,砂糖,じゃがいも,片栗粉,なたね油	キャベツ,にんじん
18 火	牛乳 ウエハース	豚肉寿司 すまし汁	牛乳 南瓜ケーキ	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお・昆布),豆腐,卵,牛乳	ウエハース,米,砂糖,なたね油,白ごま,ホットケーキミックス,バター	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ,こまつな,かぼちゃ(冷凍)
19 水	牛乳 ハイハイ	食パン カレイの南蛮漬 コーンスープ	牛乳 りんご ミニぼんござかな	牛乳(飲用),カレイ,だし(かつお・昆布)	ハイハイ,食パン,片栗粉,なたね油,砂糖,ホールコーン,ミニぼんござかな	土生姜,キャベツ,にんじん,ピーマン,たまねぎ,緑豆もやし,チンゲンサイ,りんご
20 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	きになる野菜(シロトウホウレンソウ) お誕生ケーキ(なつみかん)	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,えびフライ,貝柱水煮,湯葉(干し),だし(かつお・昆布),アシドミルクplus(65ml),卵,牛乳	むらさき芋せんべい,米,なたね油,はるさめ,ホットケーキミックス,バター,粉糖	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,グリーンアスパラガス,しめじ,にら,きになる野菜(シロトウホウレンソウ),夏みかん(缶詰)
21 金	牛乳 あられ	ご飯 カレイの味噌焼き・蒸し南瓜 すまし汁	牛乳 メロン ザラメせんべい	牛乳(飲用),カレイ,みそ,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	あられ,米,砂糖,白ごま,ザラメせんべい	土生姜,かぼちゃ(冷凍),はくさい,にんじん,緑豆もやし,たまねぎ,メロン
22 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 中華丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お菓子	干しいたけ,にんじん,キャベツ,ピーマン,たけのこ水煮,土生姜,国産やさしいゼリー
24 月	牛乳 マンナビスケット	ご飯 豚肉のマーボー風 すまし汁	牛乳 りんご ふんわりきなこロール	牛乳(飲用),豚もも,赤味噌,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	マンナビスケット,米,なたね油,砂糖,片栗粉,ごま油,ふんわりきなこロール	なす,にんじん,しめじ,にら,にんにく,ねぎ,たまねぎ,切り干し大根,りんご
25 火	牛乳 ウエハース	中華風炊込みご飯 豆乳入り味噌汁	牛乳 青のりフライドポテト	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布),青のり	ウエハース,米,砂糖,ごま油,じゃがいも,なたね油	にんじん,干しいたけ,たけのこ水煮,いんげん,土生姜,はくさい,えのきたけ,ねぎ
26 水	牛乳 ハイハイ	食パン あじさい揚げ レタスとトマトのスープ	牛乳 ヨーグルト和え	牛乳(飲用),ムキエビ,卵,鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),ヨーグルト	ハイハイ,食パン,上新粉,なたね油,砂糖	なす,たまねぎ,にんじん,みつば,トマト,レタス,みかん(缶詰),白桃(缶詰)
27 木	牛乳 むらさき芋せんべい	カレーうどん かぼちゃの磯煮	牛乳 ピザトースト	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお・昆布),ひじき,ピザ用チーズ,まぐろ水煮	むらさき芋せんべい,うどん,じゃがいも,カレールウ,砂糖,なたね油,食パン	にんじん,たまねぎ,ねぎ,かぼちゃ,ピーマン
28 金	牛乳 あられ	ご飯 魚のから揚げネギソース 味噌汁	牛乳 メロン 豆花クッキー	牛乳(飲用),カレイ,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	あられ,米,片栗粉,なたね油,砂糖,ごま油,里芋(冷凍),豆花クッキー	土生姜,ねぎ,だいこん,たまねぎ,こまつな,メロン
29 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 豚ニラ丼の具 ミニゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも	ハイハイ,米,糸こんにゃく,なたね油,砂糖,お菓子	にんじん,たまねぎ,にら,ごぼう,一口ゼリー

栄養総量

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	472	17.9	14.0	294	2.3	203	0.31	0.43	31	3.9	1.5
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	529	20.3	15.5	285	2.6	233	0.37	0.46	35	4.8	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、12日(水)です。

1～2歳は豆乳ロール、カレイのから揚げ、ニラと豆腐のスープ、ゼリーです。

【お願い】

※お子さんがこども園で初めて口に作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。