

令和6年7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 月	ご飯 八宝菜 すまし汁	豚もも,ムキエビ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	米,片栗粉,ごま油	にんじん,干しいたけ,たまねぎ,いんげん,土生姜,なす,こまつな
2 火	ご飯 夏野菜のカレー ザコ和え	鶏もも皮なし,ちりめんじゃこ	米,じゃがいも,カレールウ,白ごま,砂糖	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
3 水	食パン オクラ入りかき揚げ 野菜スープ	ムキエビ,卵,だし(かつお・昆布)	食パン,上新粉,なたね油,ホールコーン	かぼちゃ,たまねぎ,オクラ,にんじん,緑豆もやし,チンゲンサイ
4 木	五目うどん 冬瓜の煮物	豚もも,だし(かつお・昆布),貝柱水煮(ほぐし身)	うどん,砂糖,片栗粉	にんじん,キャベツ,生しいたけ,ねぎ,とうがん,土生姜
5 金	七夕寿司 お星様汁 七夕ゼリー	ちりめんじゃこ,高野豆腐,だし(かつお・昆布)	米,砂糖,ホールコーン,はるさめ	にんじん,ごぼう,干しいたけ,いんげん,オクラ,えのきたけ,七夕ゼリー
6 土	ご飯 鶏丼の具 ヨーグルト	鶏もも皮なし,ヨーグルト	米,砂糖,なたね油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,しめじ
8 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,なたね油,砂糖	たまねぎ,なす,オクラ,たけのこ水煮,にんじん,土生姜,キャベツ,チンゲンサイ
9 火	きんぴらごはん 味噌汁	牛肉もも,だし(かつお・昆布),みそ	米,糸こんにゃく,砂糖,ごま油	ごぼう,にんじん,グリーンピース,とうがん,はくさい,ねぎ
10 水	食パン トマトシチュー 切干大根の甘酢和え	鶏もも皮なし	食パン,なたね油,片栗粉,じゃがいも,砂糖,白ごま	土生姜,にんじん,たまねぎ,トマト,グリーンピース,切り干し大根,きゅうり
11 木	ワカメラーメン なすの炒め煮	カットわかめ,鶏もも皮なし	中華めん(ゆで),ホールコーン,ごま油,白ごま,砂糖,なたね油	にんじん,キャベツ,なす
12 金	ご飯 鮭の磯辺揚げ トマトの味噌汁	鮭,青のり,卵,豆腐,だし(かつお・昆布),みそ	米,小麦粉,なたね油	いんげん,トマト,きゅうり,オクラ,なす,ねぎ
13 土	ご飯 豚きのこ丼の具 国産野菜ゼリー	豚もも	米,糸こんにゃく,砂糖,なたね油	干しいたけ,しめじ,にんじん,たまねぎ,グリーンピース,国産やさしいゼリー
16 火	ツナピラフ 豆乳入り味噌汁	まぐろ水煮,カットわかめ,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布)	米,バター,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,グリーンピース

【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7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 水	食パン オクラ入りかき揚げ 野菜スープ	ムキエビ,卵,だし(かつお・昆布)	食パン,上新粉,なたね油,ホールコーン	かぼちゃ,たまねぎ,オクラ,にんじん,緑豆もやし,チンゲンサイ
18 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,湯葉(干し),貝柱水煮,だし(かつお・昆布),アシドミルクplus(65ml)	米,なたね油,はるさめ	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
19 金	ご飯 カレーのかば焼き かき玉汁	カレー,卵,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	米,片栗粉,なたね油,砂糖	土生姜,いんげん,たまねぎ,にんじん,ねぎ
20 土	ご飯 鶏丼の具 ヨーグルト	鶏もも皮なし,ヨーグルト	米,砂糖,なたね油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,しめじ
22 月	ご飯 八宝菜 すまし汁	豚もも,ムキエビ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	米,片栗粉,ごま油	にんじん,干しいたけ,たまねぎ,いんげん,土生姜,なす,こまつな
23 火	ご飯 夏野菜のカレー ザコ和え	鶏もも皮なし,ちりめんじゃこ	米,じゃがいも,カレーパウダー,白ごま,砂糖	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
24 水	食パン トマトシチュー 切干大根の甘酢和え	鶏もも皮なし	食パン,なたね油,片栗粉,じゃがいも,砂糖,白ごま	土生姜,にんじん,たまねぎ,トマト,グリーンピース,切り干し大根,きゅうり
25 木	五目うどん 冬瓜の煮物	豚もも,だし(かつお・昆布),貝柱水煮(ほぐし身)	うどん,砂糖,片栗粉	にんじん,キャベツ,生しいたけ,ねぎ,とうがん,土生姜
26 金	ご飯 鮭の磯辺揚げ トマトの味噌汁	鮭,青のり,卵,豆腐,だし(かつお・昆布),みそ	米,小麦粉,なたね油	いんげん,トマト,きゅうり,オクラ,なす,ねぎ
27 土	ご飯 豚きのこ丼の具 ミニゼリー	豚もも	米,糸こんにゃく,砂糖,なたね油	干しいたけ,しめじ,にんじん,たまねぎ,グリーンピース,一口ゼリー
29 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,なたね油,砂糖	たまねぎ,なす,オクラ,たけのこ水煮,にんじん,土生姜,キャベツ,チンゲンサイ
30 火	きんぴらごはん 味噌汁	牛肉もも,だし(かつお・昆布),みそ	米,糸こんにゃく,砂糖,ごま油,ホットケーキミックス,バター	ごぼう,にんじん,グリーンピース,とうがん,はくさい,ねぎ
31 水	食パン タンドリーチキン 野菜スープ	鶏もも皮なし,ヨーグルト,だし(かつお・昆布),まぐろ水煮		いんげん,たまねぎ,緑豆もやし,にんじん,干しいたけ,ねぎ

【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。

