

令和6年10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 火	きのこカレー ひじきサラダ	鶏もも皮なし,ひじき	米,じゃがいも,カレールウ,ホールコーン,砂糖	にんじん,たまねぎ,しめじ,グリーンピース,キャベツ
2 水	食パン サクッとバーグ 野菜スープ	牛ひき肉,豚ひき肉,卵,ピザ用チーズ,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	食パン,パン粉	たまねぎ,にんじん,はくさい,ねぎ
3 木	きつねうどん 大豆の磯煮	だし(かつお・昆布),油揚げ,ひじき,鶏もも皮なし,大豆(ゆで)	うどん,砂糖,糸こんにゃく,なたね油	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,いんげん
4 金	ご飯 鮭のオニオン・リック もやしスープ	鮭,豆腐,だし(かつお・昆布)	米,片栗粉,なたね油,砂糖	たまねぎ,にんにく,土生姜,ブロッコリー,緑豆もやし,にんじん,ねぎ
5 土	ご飯 ひじき入りマーボー丼の具 きになる野菜(シロフトウホウレンソウ)	ひじき,豆腐,豚ひき肉,みそ	米,片栗粉,砂糖,なたね油	たけのこ水煮,ねぎ,たまねぎ,にんじん,土生姜,きになる野菜(シロフトウホウレンソウ)
7 月	ご飯 里芋と鶏肉のこってり煮 すまし汁	鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),豆腐	米,里芋(冷凍),砂糖,なたね油,じゃがいも	にんじん,しめじ,いんげん,たまねぎ,こまつな
8 火	二郎飯 揚げごぼう 豆乳入り味噌汁	豚もも,ちりめんじゃこ,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布)	米,ごま油,白ごま,片栗粉,なたね油,砂糖	にら,ごぼう,はくさい,にんじん,えのきたけ,ねぎ
9 水	食パン タンドリーチキン ワカメスープ	鶏もも皮なし,ヨーグルト,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	食パン	ブロッコリー,にんじん,緑豆もやし,にら,干しいたけ
10 木	ちゃんぽん 大根のそぼろ煮	豚もも,ムキエビ,鶏ひき肉,だし(かつお・昆布)	中華めん(ゆで),ごま油,砂糖,なたね油	にんじん,たけのこ水煮,キャベツ,生しいたけ,ピーマン,だいこん,土生姜
11 金	ご飯 マーミナチャンプルー 味噌汁	一口厚揚げ,まぐろ水煮,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	米,なたね油,さつまいも	緑豆もやし,にんじん,にら,たまねぎ
12 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
15 火	そばろ寿司 すまし汁	まぐろ水煮,だし(かつお・昆布)	米,砂糖,じゃがいも	土生姜,にんじん,干しいたけ,グリーンピース,たまねぎ
16 水	食パン 酢豚 野菜スープ	豚肉,豆腐,だし(かつお・昆布)	食パン,片栗粉,なたね油,砂糖	土生姜,にんじん,たけのこ水煮,たまねぎ,干しいたけ,ピーマン,緑豆もやし,キャベツ
17 木	きつねうどん 大豆の磯煮	だし(かつお・昆布),油揚げ,ひじき,鶏もも皮なし,大豆(ゆで)	うどん,砂糖,糸こんにゃく,なたね油	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,いんげん

【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10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
18 金	ご飯 鮭のオニオン・リッ もやしスープ	鮭,豆腐,だし(かつお・昆布)	米,片栗粉,なたね油,砂糖	たまねぎ,にんにく,土生姜,ブロッコリー,緑豆もやし,にんじん,ねぎ
19 土	ご飯 ひじき入りマーボー丼の具 ミニゼリー	ひじき,豆腐,豚ひき肉,みそ	米,片栗粉,砂糖,なたね油	たけのこ水煮,ねぎ,たまねぎ,にんじん,土生姜,一口ゼリー
21 月	ご飯 里芋と鶏肉のこってり煮 すまし汁	鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),豆腐	米,里芋(冷凍),砂糖,なたね油,じゃがいも	にんじん,しめじ,いんげん,たまねぎ,こまつな
22 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,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布)	米,ごま油,白ごま,片栗粉,なたね油,砂糖	にら,ごぼう,はくさい,にんじん,えのきたけ,ねぎ
23 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,湯葉,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,グリンピース,ブロッコリー,しめじ,にら
24 木	ちゃんぽん 大根のそぼろ煮	豚もも,ムキエビ,鶏ひき肉,だし(かつお・昆布)	中華めん(ゆで),ごま油,砂糖,なたね油	にんじん,たけのこ水煮,キャベツ,生しいたけ,ピーマン,だいこん,土生姜
25 金	ご飯 鯖の塩焼 れんこんのきんぴら,味噌汁	さば,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	米,砂糖,白ごま,ごま油,さつまいも	れんこん,たまねぎ,にんじん
26 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
28 月	ご飯 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	高野豆腐,卵,だし(かつお・昆布),豆腐,カットわかめ,みそ	米,砂糖	にんじん,たまねぎ,グリンピース,だいこん,はくさい,ねぎ
29 火	きのこカレー ひじきサラダ	鶏もも皮なし,ひじき	米,じゃがいも,カレーパウダー,ホールコーン,砂糖	にんじん,たまねぎ,しめじ,グリンピース,キャベツ
30 水	食パン 酢豚 野菜スープ	豚肉,豆腐,だし(かつお・昆布)	食パン,片栗粉,なたね油,砂糖	土生姜,にんじん,たけのこ水煮,たまねぎ,干しいたけ,ピーマン,緑豆もやし,キャベツ
31 木	きのこスパゲティ コーンスープ	ベーコン,だし(かつお・昆布)	スパゲティ,なたね油,ホールコーン	まいたけ,えのきたけ,にんじん,しめじ,ねぎ,にんにく,たまねぎ,緑豆もやし,チンゲンサイ,干しいたけ



【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。