

令和8年7月 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	ちゃんぽん 冬瓜の煮物	豚もも、ムキエビ、だし(かつお・昆布)	中華めん(ゆで)、ごま油、砂糖、片栗粉	にんじん、たけのこ水煮、キャベツ、干しいたけ、ピーマン、とうがん、土生姜
2 木	食パン パンプキングラタン コンソメスープ	鶏もも皮なし、牛乳、粉チーズ	食パン、バター、上新粉、パン粉、なたね油	かぼちゃ、たまねぎ、とうがん、にんじん、ホールコーン(冷凍)、チンゲンサイ
3 金	ご飯 ゴマ焼きサクサク・ブロッコリー 味噌汁	鮭、豆腐、カットわかめ、だし(かつお・昆布)、みそ	米、マヨネーズ(卵不使用)、パン粉、白ごま	ブロッコリー(冷凍)、たまねぎ、キャベツ、にんじん
4 土	ご飯 中華丼の具 ヨーグルト	豚もも、ムキエビ、ヨーグルト	米、ごま油、片栗粉	干しいたけ、にんじん、キャベツ、ピーマン、土生姜
6 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、にんじん、土生姜、とうがん
7 火	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、はるさめ	にんじん、ごぼう、ホールコーン(冷凍)、干しいたけ、いんげん、オクラ、えのきたけ、キャベツ、七夕ゼリー
8 水	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、だし(かつお・昆布)	中華めん(ゆで)、ごま油、白ごま、砂糖、なたね油	にんじん、キャベツ、ねぎ、なす
9 木	豆乳ロールorほうれん草ロール カレイの南蛮漬or鶏肉の南蛮漬 レタスのスープ、みかんゼリーorももゼリー	カレイ、鶏もも皮なし、だし(かつお・昆布)	豆乳ロール、ほうれん草ロール、片栗粉、なたね油、砂糖	土生姜、キャベツ、にんじん、ピーマン、レタス、トマト、ホールコーン(冷凍)、にら、干しいたけ、みかんゼリー、ももゼリー
10 金	ご飯 鮭の照焼・もやしとニラのナムル 味噌汁	鮭、豆腐、だし(かつお・昆布)、みそ	米、砂糖、白ごま、ごま油	緑豆もやし、にんじん、にら、とうがん、えのきたけ、ねぎ
11 土	ご飯 小松菜としめじのあんかけ丼の具 国産野菜ゼリー	豚もも	米、ごま油、片栗粉	こまつな、しめじ、にんじん、国産やさいゼリー
13 月	ご飯 豚肉の土生姜焼き 味噌汁	豚もも、だし(かつお・昆布)、みそ	米、白ごま、砂糖、なたね油	にんじん、にら、たまねぎ、土生姜、キャベツ、こまつな
14 火	きんぴらごはん 豆乳入り味噌汁	牛肉もも、だし(かつお・昆布)、豆腐、豆乳、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、はくさい、ホールコーン(冷凍)、えのきたけ、ねぎ
15 水	きつねうどん 大豆の磯煮	だし(かつお・昆布)、すし揚げ、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8年7月 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
16 木	お子様ランチ 春雨スープ ミニゼリー	鶏もも皮なし、えびフライ、だし(かつお・昆布)	米、なたね油、はるさめ	にんじん、たまねぎ、グリーンピース、ブロッコリー(冷凍)、しめじ、にら、ミニゼリー
17 金	ご飯 ゴマ焼きサクサク・ブロッコリー 味噌汁	鮭、豆腐、カットわかめ、だし(かつお・昆布)、みそ	米、マヨネーズ(卵不使用)、パン粉、白ごま	ブロッコリー(冷凍)、たまねぎ、キャベツ、にんじん
18 土	ご飯 中華丼の具 ヨーグルト	豚もも、ムキエビ、ヨーグルト	米、ごま油、片栗粉	干しいたけ、にんじん、キャベツ、ピーマン、土生姜
21 火	ツナピラフ 野菜スープ	まぐろ水煮、豆腐、カットわかめ、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
22 水	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、だし(かつお・昆布)	中華めん(ゆで)、ごま油、白ごま、砂糖、なたね油	にんじん、キャベツ、ねぎ、なす
23 木	食パン パンプキングラタン コンソメスープ	鶏もも皮なし、牛乳、粉チーズ	食パン、バター、上新粉、パン粉、なたね油	かぼちゃ、たまねぎ、緑豆もやし、にんじん、ホールコーン(冷凍)、チンゲンサイ
24 金	ご飯 鮭の照焼・もやしとニラのナムル 味噌汁	鮭、豆腐、だし(かつお・昆布)、みそ	米、砂糖、白ごま、ごま油	緑豆もやし、にんじん、にら、とうがん、えのきたけ、ねぎ
25 土	ご飯 小松菜としめじのあんかけ丼の具 国産野菜ゼリー	豚もも	米、ごま油、片栗粉	こまつな、しめじ、にんじん、国産やさしいゼリー
27 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、にんじん、土生姜、とうがん
28 火	きんぴらごはん 豆乳入り味噌汁	牛肉もも、だし(かつお・昆布)、豆腐、豆乳、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、はくさい、ホールコーン(冷凍)、えのきたけ、ねぎ
29 水	きつねうどん 大豆の磯煮	だし(かつお・昆布)、すし揚げ、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
30 木	食パン オクラ入りかき揚げ ニラと豆腐のスープ	ムキエビ、卵、豆腐、だし(かつお・昆布)	食パン、上新粉、なたね油	かぼちゃ、たまねぎ、オクラ、にんじん、にら、干しいたけ
31 金	ご飯 白身魚の香味揚げ・ブロッコリー 味噌汁	カレイ、豆腐、カットわかめ、だし(かつお・昆布)、みそ	米、片栗粉、なたね油、砂糖	土生姜、ブロッコリー(冷凍)、こまつな、えのきたけ、にんじん、ねぎ

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、子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。今月の選択給食は9日(木)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。

