

令和7年10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	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,だし(かつお・昆布)	食パン,パン粉	たまねぎ,緑豆もやし,にんじん,干しいたけ,ねぎ
2 木	きのこスパゲティ もやしスープ	ベーコン,だし(かつお・昆布)	スパゲティ,なたね油	まいたけ,えのきたけ,にんじん,しめじ,ねぎ,にんにく,緑豆もやし,たまねぎ,チンゲンサイ,干しいたけ
3 金	ご飯 鮭の照焼・もやしとニラのナムル 豆乳入り味噌汁	鮭,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布)	米,砂糖,白ごま,ごま油	緑豆もやし,にんじん,にら,はくさい,えのきたけ,ねぎ
4 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
6 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	にんじん,しめじ,いんげん,たまねぎ,はくさい,こまつな
7 火	豚肉寿司 かき玉汁	豚もも,だし(かつお・昆布),卵,カットわかめ	米,砂糖,なたね油,白ごま	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ,ねぎ
8 水	食パン パンプキングラタン コンスープ	鶏もも皮なし,牛乳,粉チーズ,だし(かつお・昆布)	食パン,バター,上新粉,パン粉	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,干しいたけ
9 木	ワカメラーメン 大根のそぼろ煮	カットわかめ,鶏もも皮なし,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,キャベツ,ねぎ,だいこん,土生姜
10 金	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,一口ゼリー
11 土	ご飯 ひじき入りマーボー丼の具 ヨーグルト	ひじき,豆腐,豚ひき肉,みそ,ヨーグルト	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
14 火	ひじきごはん 味噌汁	高野豆腐,ひじき,だし(かつお・昆布),みそ	米,砂糖,なたね油,じゃがいも	にんじん,グリーンピース,たまねぎ
15 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,だし(かつお・昆布)	食パン,パン粉	たまねぎ,緑豆もやし,にんじん,干しいたけ,ねぎ
16 木	あんかけうどん もやしのごま和え	鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布)	うどん,片栗粉,白ごま,砂糖	はくさい,にんじん,干しいたけ,ねぎ,土生姜,ほうれんそう,緑豆もやし

【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7年10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
17 金	ご飯 魚のから揚げネギソース すまし汁	カレイ,だし(かつお・昆布)	米,片栗粉,なたね油,砂糖,ごま油,里芋(冷凍)	土生姜,ねぎ,たまねぎ,チンゲンサイ,しめじ
18 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
20 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	にんじん,しめじ,いんげん,たまねぎ,はくさい,こまつな
21 火	豚肉寿司 かき玉汁	豚もも,だし(かつお・昆布),卵,カットわかめ	米,砂糖,なたね油,白ごま	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ,ねぎ
22 水	食パン パンブキングラタン コンスーブ	鶏もも皮なし,牛乳,粉チーズ,だし(かつお・昆布)	食パン,バター,上新粉,パン粉	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,干しいたけ
23 木	きのこスパゲティ もやしスープ	ベーコン,だし(かつお・昆布)	スパゲティ,なたね油	まいたけ,えのきたけ,にんじん,しめじ,ねぎ,にんにく,緑豆もやし,たまねぎ,チンゲンサイ,生しいたけ
24 金	ご飯 鮭の照焼・もやしとニラのナムル 豆乳入り味噌汁	鮭,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布)	米,砂糖,白ごま,ごま油	緑豆もやし,にんじん,にら,はくさい,えのきたけ,ねぎ
25 土	ご飯 ひじき入りマーボ・丼の具 ヨーグルト	ひじき,豆腐,豚ひき肉,みそ,ヨーグルト	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
27 月	ご飯 マーミナチャンプルー 根菜汁	一口厚揚げ,まぐろ水煮,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	米,なたね油,里芋(冷凍)	緑豆もやし,にんじん,にら,だいこん,キャベツ,ごぼう
28 火	きのこカレー 甘酢和え	豚もも,まぐろ水煮	米,じゃがいも,カレールウ,砂糖	にんじん,たまねぎ,しめじ,グリンピース,キャベツ
29 水	食パン 酢豚 ニラと豆腐のスープ	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,だいこん,にら
30 木	ワカメラーメン 大根のそぼろ煮	カットわかめ,鶏もも皮なし,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,キャベツ,ねぎ,だいこん,土生姜
31 金	ご飯 魚のから揚げネギソース すまし汁	カレイ,だし(かつお・昆布)	米,片栗粉,なたね油,砂糖,ごま油,里芋(冷凍)	土生姜,ねぎ,たまねぎ,チンゲンサイ,しめじ

【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。