令和8年1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
5	月	ツナピラフ 野菜スープ	まぐろ水煮,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,グリンピース
6	火	ちらし寿司 すまし汁	高野豆腐,だし(かつお･昆布),豆腐,カットわかめ	米,砂糖	土生姜,にんじん,干ししいたけ,グリンピース,はくさい,たまねぎ
7	水	七草粥 白身魚のゆず味噌焼き･ブロッコリー ふぶき汁	カレイ,白味噌,木綿豆腐,だし(かつお･昆布)	米,砂糖,里芋（冷凍）,片栗粉	だいこん,こまつな,ゆず（生）,ブロッコリー(冷凍),にんじん,生しいたけ,ねぎ
8	木	きつねうどん ごま和え	だし(かつお･昆布),すし揚げ	うどん,砂糖,白ごま	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,緑豆もやし,チンゲンサイ
9	金	ご飯 カレイの磯辺揚げ 味噌汁	カレイ,青のり,卵,カットわかめ,だし(かつお･昆布),みそ	米,小麦粉,なたね油	ブロッコリー(冷凍),にんじん,たまねぎ,キャベツ,だいこん,ねぎ
10	土	ご飯 豚ニラ丼の具 ヨーグルト	豚もも,ヨーグルト	米,糸こんにゃく,なたね油,砂糖	にんじん,たまねぎ,にら,ごぼう
13	火	ご飯 南瓜コロッケ風 味噌汁	まぐろ水煮,カットわかめ,だし(かつお･昆布),みそ	米,パン粉,なたね油,じゃがいも	かぼちゃ(冷凍),たまねぎ,にんじん
14	水	食パン 鮭の味噌シチュー ひじきサラダ	鮭,牛乳,みそ,だし(かつお･昆布),ひじき	食パン,じゃがいも,バター,上新粉,砂糖,	にんじん,たまねぎ,しめじ,ホールコーン(冷凍),ブロッコリー(冷凍),キャベツ
15	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,グリンピース,ブロッコリー(冷凍),しめじ,にら,一口ゼリー
16	金	ご飯･田作り 松風焼き 味噌汁	ちりめんじゃこ,鶏ひき肉,卵,みそ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお･昆布)	米,白ごま,砂糖,片栗粉	ねぎ,たまねぎ,ブロッコリー(冷凍),だいこん,こまつな,にんじん
17	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
19	月	ご飯 大根の田舎煮 味噌汁	豚もも,一口厚揚げ,だし(かつお･昆布),豆腐,みそ	米,砂糖,なたね油	だいこん,にんじん,いんげん,はくさい,たまねぎ,ねぎ
20	火	鶏ごぼうご飯 すまし汁	鶏もも皮なし,カットわかめ,豆腐,だし(かつお･昆布)	米,なたね油,砂糖	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ,こまつな,えのきたけ

【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。

令和8年1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
21	水	食パン サクッとバーグ ワカメスープ	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,緑豆もやし,にら,干ししいたけ
22	木	きつねうどん ごま和え	だし(かつお･昆布),すし揚げ	うどん,砂糖,白ごま	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,緑豆もやし,チンゲンサイ
23	金	ご飯 ブリの照焼･炒めなます 味噌汁	ぶり,カットわかめ,だし(かつお･昆布),みそ	米,砂糖,白ごま,里芋（冷凍）	だいこん,にんじん,はくさい,たまねぎ
24	土	ご飯 豚ニラ丼の具 ヨーグルト	豚もも,ヨーグルト	米,糸こんにゃく,なたね油,砂糖	にんじん,たまねぎ,にら,ごぼう
26	月	ご飯 豚じゃが すまし汁	豚もも,だし(かつお･昆布),豆腐	米,じゃがいも,なたね油,砂糖	にんじん,たまねぎ,土生姜,グリンピース,こまつな,はくさい
27	火	ひじきごはん 味噌汁	鶏もも皮なし,ひじき,だし(かつお･昆布),みそ	米,砂糖,なたね油,里芋（冷凍）	にんじん,いんげん,だいこん,緑豆もやし,ねぎ
28	水	食パン 鮭の味噌シチュー ひじきサラダ	鮭,牛乳,みそ,だし(かつお･昆布),ひじき	食パン,じゃがいも,バター,上新粉,砂糖	にんじん,たまねぎ,しめじ,ホールコーン(冷凍),ブロッコリー(冷凍),キャベツ
29	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,干ししいたけ,ピーマン,だいこん,土生姜
30	金	ご飯 カレイの磯辺揚げ 味噌汁	カレイ,青のり,卵,カットわかめ,だし(かつお･昆布),みそ	米,小麦粉,なたね油	ブロッコリー(冷凍),にんじん,たまねぎ,キャベツ,だいこん,ねぎ
31	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

【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。