

令和8年7月 献立表



摂津市立認定こども園

日付	10時のおやつ 1才～2才児クラスのみ	献立名	3時のおやつ	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	牛乳 ハイハイ	ちゃんぽん 冬瓜の煮物	牛乳 ヨーグルト和え	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,だし (かつお・昆布),ヨーグルト	ハイハイ,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,みかん(缶詰)
2 木	牛乳 ウエハース	食パン パンプキングラタン コンソメスープ	牛乳 とうもろこしの塩ゆで ※3歳未満児はふかし芋	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,粉 チーズ	ウエハース,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,とうもろこし
3 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 ゴマ焼きサクサク・ブロッコリー 味噌汁	牛乳 かぼちゃロール	牛乳(飲用),鮭,豆腐,カットわかめ, だし(かつお・昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,マヨネーズ (卵不使用),パン粉,白ごま,かぼ ちゃロール	ブロッコリー(冷凍),たまねぎ, キャベツ,にんじん
4 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 中華丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,ヨーグ ルト	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お 菓子	干しいたけ,にんじん,キャベツ, ピーマン,土生姜
6 月	牛乳 むらさきもせんべい	ご飯 夏野菜の肉味噌炒め すまし汁	牛乳 りんご 豆花クッキー	牛乳(飲用),豚もも,みそ,豆腐,カット わかめ,だし(かつお・昆布)	むらさきもせんべい,米,なたね 油,砂糖,豆花クッキー	たまねぎ,なす,オクラ,にんじん, 土生姜,とうがん,りんご
7 火	牛乳 あられ	七夕寿司 お星様汁 七夕ゼリー	牛乳 きらきら星のパフ アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),ちりめんじゃこ,高野豆 腐,だし(かつお・昆布)	あられ,米,砂糖,はるさめ,きらき ら星のパフ,アンパンマンのソフ トせんべい	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	牛乳 おこさませんべい	ワカメラーメン なすの炒め煮	牛乳 カントリークッキー	牛乳(飲用),カットわかめ,鶏もも皮 なし,だし(かつお・昆布),牛乳	おこさませんべい,中華めん(ゆ で),ごま油,白ごま,砂糖,なたね 油,ホットケーキミックス,バター	にんじん,キャベツ,ねぎ,なす
9 木	牛乳 ウエハース	豆乳ロールorほうれん草ロール カレーの南蛮漬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	牛乳 りんご蒸しケーキ	牛乳(飲用),カレー,鶏もも皮なし,だ し(かつお・昆布)	ウエハース,豆乳ロール,ほうれ ん草ロール,片栗粉,なたね油,砂 糖,ホットケーキミックス	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,りんご飲料
10 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 鮭の照焼・もやしとニラのナムル 味噌汁	牛乳 スイカ ザラメせんべい	牛乳(飲用),鮭,豆腐,だし(かつお・ 昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,砂糖,白ごま, ごま油,ザラメせんべい	緑豆もやし,にんじん,にら,とうが ん,えのきたけ,ねぎ,すいか
11 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 小松菜としめじのあんかけ丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お 菓子	こまつな,しめじ,にんじん,国産や さいゼリー
13 月	牛乳 むらさきもせんべい	ご飯 豚肉の土生姜焼き 味噌汁	牛乳 りんご プチスティック	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお・昆 布),みそ	むらさきもせんべい,米,白ごま, 砂糖,なたね油,プチスティック	にんじん,にら,たまねぎ,土生姜, キャベツ,こまつな,りんご
14 火	牛乳 マンナビスケット	きんぴらごはん 豆乳入り味噌汁	牛乳 とうもろこしの塩ゆで ※3歳未満児はふかし芋	牛乳(飲用),牛肉もも,だし(かつお・ 昆布),豆腐,豆乳,みそ	マンナビスケット,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,とうもろこし
15 水	牛乳 ハイハイ	きつねうどん 大豆の磯煮	牛乳 お好みピザ	牛乳(飲用),だし(かつお・昆布),す し揚げ,ひじき,鶏もも皮なし,大豆(ゆ で),まぐろ水煮,卵,ピザ用チーズ	ハイハイ,うどん,砂糖,糸こんに ゃく,なたね油,小麦粉	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう, いんげん,ピーマン

【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

日付	10時のおやつ 1才～2才児クラスのみ	献立名	3時のおやつ	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	牛乳 ウエハース	お子様ランチ 春雨スープ ミニゼリー	牛乳 米粉のお誕生ケーキ(りんご)	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,えびフライ,だし(かつお・昆布),豆乳	ウエハース,米,なたね油,はるさめ,上新粉,砂糖	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,りんご(缶詰)
17 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 ゴマ焼きサクサク・ブロッコリー 味噌汁	牛乳 かぼちゃロール	牛乳(飲用),鮭,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,マヨネーズ(卵不使用),パン粉,白ごま,かぼちゃロール	ブロッコリー(冷凍),たまねぎ,キャベツ,にんじん
18 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 中華丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,ヨーグルト	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お菓子	干しいたけ,にんじん,キャベツ,ピーマン,土生姜
21 火	牛乳 あられ	ツナピラフ 野菜スープ	牛乳 黒糖入り蒸しパン	牛乳(飲用),まぐろ水煮,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	あられ,米,バター,じゃがいも,黒砂糖,ホットケーキミックス	にんじん,たまねぎ,グリーンピース
22 水	牛乳 おこさませんべい	ワカメラーメン なすの炒め煮	牛乳 カントリークッキー	牛乳(飲用),カットわかめ,鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),牛乳	おこさませんべい,中華めん(ゆで),ごま油,白ごま,砂糖,なたね油,ホットケーキミックス,バター	にんじん,キャベツ,ねぎ,なす
23 木	牛乳 ウエハース	食パン パンプキングラタン コンソメスープ	牛乳 ヨーグルト和え	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,粉チーズ,ヨーグルト	ウエハース,食パン,バター,上新粉,パン粉,なたね油,砂糖	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,みかん(缶詰)
24 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 鮭の照焼・もやしとニラのナムル 味噌汁	牛乳 スイカ ザラメせんべい	牛乳(飲用),鮭,豆腐,だし(かつお・昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,砂糖,白ごま,ごま油,ザラメせんべい	緑豆もやし,にんじん,にら,とうがん,えのきたけ,ねぎ,すいか
25 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 小松菜としめじのあんかけ丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お菓子	こまつな,しめじ,にんじん,国産やさいぜりー
27 月	牛乳 むらさきもせんべい	ご飯 夏野菜の肉味噌炒め すまし汁	牛乳 りんご 豆花クッキー	牛乳(飲用),豚もも,みそ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	むらさきもせんべい,米,なたね油,砂糖,豆花クッキー	たまねぎ,なす,オクラ,にんじん,土生姜,とうがん,りんご
28 火	牛乳 マンナビスケット	きんぴらごはん 豆乳入り味噌汁	牛乳 とうもろこしの塩ゆで ※3歳未満児はふかし芋	牛乳(飲用),牛肉もも,だし(かつお・昆布),豆腐,豆乳,みそ	マンナビスケット,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,とうもろこし
29 水	牛乳 ハイハイ	きつねうどん 大豆の磯煮	牛乳 お好みピザ	牛乳(飲用),だし(かつお・昆布),すし揚げ,ひじき,鶏もも皮なし,大豆(ゆで),まぐろ水煮,卵,ピザ用チーズ	ハイハイ,うどん,砂糖,糸こんにゃく,なたね油,小麦粉	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,いんげん,ピーマン
30 木	牛乳 ウエハース	食パン オクラ入りかき揚げ ニラと豆腐のスープ	牛乳 りんご蒸しケーキ	牛乳(飲用),ムキエビ,卵,豆腐,だし(かつお・昆布)	ウエハース,食パン,上新粉,なたね油,ホットケーキミックス,砂糖	かぼちゃ,たまねぎ,オクラ,にんじん,にら,干しいたけ,りんご飲料
31 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 白身魚の香味揚げ・ブロッコリー 味噌汁	牛乳 スイカ アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),カレイ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,片栗粉,なたね油,砂糖,アンパンマンのソフトせんべい	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,すいか



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】 1～2歳は、豆乳ロール、カレイの南蛮漬、スープ、ももゼリーです。
※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。

栄養給食量

1～2歳児	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均値	459	17.3	13.8	301	1.8	188	0.28	0.41	30	3.2	1.3
基準値	475	15～24	10～15	225	2.0	200	0.2	0.3	17.5	-	1.5

3～5歳児	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均値	514	20.1	15.1	292	2.2	216	0.33	0.44	32	4.2	1.6
基準値	520	17～26	12～17	240	2.0	200	0.2	0.4	16	3.2	1.4