

令和6年11月分 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 金	牛乳 あられ	ご飯 さばの味噌煮・ごぼうの煮物 すまし汁	牛乳 りんご ミニぼんござかな	牛乳(飲用),さば,みそ,だし(かつお・ 昆布),豆腐	あられ,米,砂糖,ミニぼんござか な	土生姜,ごぼう,にんじん,たまね ぎ,こまつな,りんご
2 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 豚きのこ丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも	ハイハイ,米,糸こんにゃく,砂 糖,なたね油,お菓子	干しいたけ,しめじ,にんじん,たま ねぎ,グリーンピース,国産やさいぜ リー
5 火	牛乳 ウエハース	ちらし寿司 すまし汁	牛乳 お米de国産りんごのタルト	牛乳(飲用),高野豆腐,だし(かつお・ 昆布)	ウエハース,米,砂糖,じゃがいも, お米de国産りんごタルト	土生姜,にんじん,干しいたけ, グリーンピース,たまねぎ
6 水	牛乳 かぼちゃポーロ	食パン コーンシチュー 甘酢和え	牛乳 おさつスティック	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,まぐ ろ水煮	かぼちゃポーロ,食パン,じゃがいも,ク リームコーン缶,ホールコーン,上新粉,バ ター,砂糖,さつまいも,粉糖,なたね油	にんじん,たまねぎ,グリーンピー ス,はくさい
7 木	牛乳 むらさき芋せんべい	けんちんうどん 厚揚げと白菜の煮浸し	牛乳 アップルトースト	牛乳(飲用),焼き豆腐,鶏もも皮なし, だし(かつお・昆布),一口厚揚げ	むらさき芋せんべい,うどん,里 芋(冷凍),片栗粉,砂糖,食パン, バター	にんじん,だいこん,ごぼう,土生 姜,ねぎ,はくさい,りんご(缶詰)
8 金	牛乳 あられ	芋ごはん 鮭の塩焼・ブロッコリー 味噌汁	牛乳 りんご ザラメせんべい	牛乳(飲用),鮭,豆腐,カットわかめ, だし(かつお・昆布),みそ	あられ,米,さつまいも,黒ごま,ザ ラメせんべい	ブロッコリー,だいこん,にんじん, こまつな,りんご
9 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,はくさい, ピーマン,土生姜
11 月	牛乳 マンナビスケット	ご飯 切干大根の炒め煮 味噌汁	牛乳 かき ふんわりきなこロール	牛乳(飲用),豚もも,油揚げ,だし(か つお・昆布),豆腐,カットわかめ,みそ	マンナビスケット,米,なたね油,砂糖, 里芋(冷凍),ふんわりきなこロール	切り干し大根,にんじん,いんげ ん,キャベツ,柿
12 火	牛乳 ウエハース	ご飯 ビビンバの具 ワカメ卵スープ	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳(飲用),豚ひき肉,カットわかめ, 卵,だし(かつお・昆布),木綿豆腐	ウエハース,米,砂糖,ごま油,白ご ま,ホットケーキミックス,なたね 油,粉糖	たまねぎ,りんご,土生姜,ほうれんそ う,にんじん,緑豆もやし,しめじ
13 水	牛乳 ハイハイ	黒ごまロールor豆乳ロール 鮭の照り焼きor鶏肉の照り焼き 野菜スープ,りんごゼリーorみかんゼリー	牛乳 ふかし芋	牛乳(飲用),鮭,鶏もも皮なし,豆腐, だし(かつお・昆布)	ハイハイ,黒ごまロール,豆乳 ロール,ごま油,さつまいも	土生姜,ブロッコリー,たまねぎ,緑豆 もやし,にんじん,ねぎ,国産りんごゼ リー,国産みかんゼリー
14 木	牛乳 むらさき芋せんべい	きのこスパゲティ 白菜スープ	牛乳 きなこ蒸しパン	牛乳(飲用),ベーコン,豚もも,卵,牛 乳,きなこ	むらさき芋せんべい,スパゲティ,な たね油,片栗粉,ホットケーキミッ ス,砂糖	まいたけ,えのきたけ,にんじん, しめじ,ねぎ,にんにく,はくさい
15 金	牛乳 あられ	ご飯 さばの味噌煮・ごぼうの煮物 すまし汁	牛乳 りんご ミニぼんござかな	牛乳(飲用),さば,みそ,だし(かつお・ 昆布),豆腐	あられ,米,砂糖,ミニぼんござか な	土生姜,ごぼう,にんじん,たまね ぎ,こまつな,りんご
16 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 豚きのこ丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも	ハイハイ,米,糸こんにゃく,砂 糖,なたね油,お菓子	干しいたけ,しめじ,にんじん,たま ねぎ,グリーンピース,国産やさいぜ リー

【お願い】

※お子さんがこども園で初めて口に作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11月分 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
18 月	牛乳 マンナビスケット	ご飯 親子丼の具 すまし汁	牛乳 さつまいもとりんごの重煮	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,卵,だし (かつお・昆布),豆腐	マンナビスケット,米,砂糖,里芋 (冷凍),さつまいも,バター	にんじん,たまねぎ,生しいたけ,ねぎ, えのきたけ,こまつな,りんご
19 火	牛乳 ウエハース	ご飯 筑前煮 味噌汁	牛乳 みかん きなこせんべい	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつ お・昆布),豆腐,カットわかめ,みそ	ウエハース,米,なたね油,砂糖,き なこせんべい	ごぼう,にんじん,いんげん,れんこん, だいこん,はくさい,たまねぎ,みかん
20 水	牛乳 ハイハイ	食パン 里芋の味噌グラタン きのこスープ	牛乳 豆腐と人参のふわもちケーキ	牛乳(飲用),ベーコン,牛乳,みそ,粉 チーズ,だし(かつお・昆布),木綿豆 腐,卵	ハイハイ,食パン,里芋(冷凍),バ ター,上新粉,ごま油,片栗粉,ホット ケーキミックス,粉糖	たまねぎ,ねぎ,しめじ,にんじん, 生しいたけ,えのきたけ,にら
21 木	牛乳 むらさき芋せんべい	お子様ランチ 春雨スープ アシドミルク	きになる野菜(シロトウモロコシ) お誕生ケーキ(もも)	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,えびフライ,湯葉 (干し),貝柱水煮,だし(かつお・昆布),アシドミ ルクplus(65ml),卵,牛乳	むらさき芋せんべい,米,なたね油,はる さめ,ホットケーキミックス,バター,粉糖	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,ブ ロッコリー,しめじ,にら,きになる野菜 (シロトウモロコシ),白桃(缶詰)
22 金	牛乳 あられ	ご飯 カレーの味噌焼き・蒸し南瓜 すまし汁	牛乳 りんご 星っこ	牛乳(飲用),カレー,みそ,だし(かつ お・昆布)	あられ,米,砂糖,白ごま,星っこ	土生姜,かぼちゃ(冷凍),にんじん,だ いこん,たまねぎ,えのきたけ,はくさ い,りんご
25 月	牛乳 マンナビスケット	ツナピラフ すまし汁	牛乳 ウエハース アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),まぐろ水煮,だし(かつ お・昆布)	マンナビスケット,米,バター,じゃがい も,ウエハース,アンパンマンのソフト せんべい	にんじん,たまねぎ,グリーンピース
26 火	牛乳 ウエハース	ご飯 ビビンバの具 ワカメ卵スープ	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳(飲用),豚ひき肉,カットわかめ, 卵,だし(かつお・昆布),木綿豆腐	ウエハース,米,砂糖,ごま油,白ごま, ホットケーキミックス,なたね油,粉糖	たまねぎ,りんご,土生姜,ほうれんそ う,にんじん,緑豆もやし,しめじ
27 水	牛乳 かぼちゃボーロ	食パン コーンシチュー 甘酢和え	牛乳 おさつスティック	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,まぐ ろ水煮	かぼちゃボーロ,食パン,じゃがいも,ク リームコーン缶,ホールコーン,上新粉,バ ター,砂糖,さつまいも,粉糖,なたね油	にんじん,たまねぎ,グリーンピー ス,はくさい
28 木	牛乳 むらさき芋せんべい	けんちんうどん 厚揚げと白菜の煮浸し	牛乳 アップルトースト	牛乳(飲用),焼き豆腐,鶏もも皮なし, だし(かつお・昆布),一口厚揚げ	むらさき芋せんべい,うどん,里芋 (冷凍),片栗粉,砂糖,食パン,バター	にんじん,だいこん,ごぼう,土生 姜,ねぎ,はくさい,りんご(缶詰)
29 金	牛乳 あられ	芋ごはん 鮭の塩焼・ブロッコリー 味噌汁	牛乳 りんご ザラメせんべい	牛乳(飲用),鮭,豆腐,カットわかめ, だし(かつお・昆布),みそ	あられ,米,さつまいも,黒ごま,ザ ラメせんべい	ブロッコリー,だいこん,にんじん, こまつな,りんご
30 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 のっぺい丼の具 ミニゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつ お・昆布)	ハイハイ,米,里芋(冷凍),砂 糖,片栗粉,お菓子	にんじん,だいこん,干しいたけ, 土生姜,一口ゼリー

栄養給与量

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	468	17.3	13.7	286	2.0	216	0.28	0.42	35	4.2	1.3
基準値	475	15～24	10～15	225	2.3	200	0.25	0.33	20	3.5	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	522	19.7	15.0	280	2.3	250	0.32	0.45	40	5.2	1.6
基準値	520	17～26	12～18	240	2.2	180	0.28	0.32	20	3.2	1.4

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。今月は、13日(水)です。

1～2歳は豆乳ロール、鮭の照り焼き、野菜スープ、ゼリーです。

【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。