

令和7年12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 月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 筑前煮 味噌汁	牛乳 りんご ふんわりきなこロール	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),豆腐,みそ	むらさきいもせんべい,米,糸こんにゃく,なたね油,砂糖,ふんわりきなこロール	ごぼう,にんじん,いんげん,だいこん,たまねぎ,はくさい,りんご
2 火	牛乳 ウエハース	ご飯 ハヤシライス(ルウ) コーンサラダ	牛乳 お米de国産りんごのタルト	牛乳(飲用),牛肉もも	ウエハース,米,じゃがいも,ハヤシルウ,なたね油,砂糖,お米de国産りんごタルト	にんじん,たまねぎ,グリンピース,キャベツ,ホールコーン(冷凍)
3 水	牛乳 ハイハイイン	食パン 鶏肉のマーマレード煮 ワカメスープ	牛乳 黒ごママフィン	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,カットわかめ,だし(かつお・昆布),卵,牛乳	ハイハイイン,食パン,マーマレード(オレンジ),なたね油,ホットケーキミックス,砂糖,バター,黒ごま	たまねぎ,にんじん,緑豆もやし,にら,干しいたけ
4 木	牛乳 マンナビスケット	ジャージャー麺 甘酢和え	牛乳 ラスク	牛乳(飲用),豚ひき肉,みそ,まぐろ水煮	マンナビスケット,中華めん(ゆで),砂糖,片栗粉,ごま油,食パン,バター	たけのこ水煮,にんじん,干しいたけ,ねぎ,キャベツ
5 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 鮭のチーズ焼き 野菜スープ	牛乳 みかん 白い風船	牛乳(飲用),鮭,ピザ用チーズ,だし(かつお・昆布)	かぼちゃボーロ,米,白い風船	ブロッコリー(冷凍),たまねぎ,緑豆もやし,にんじん,キャベツ,みかん
6 土	牛乳 ハイハイイン	ご飯 豚きのこ丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ヨーグルト	ハイハイイン,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,グリンピース
8 月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 野菜の磯煮 味噌汁	牛乳 りんご ブチステイック	牛乳(飲用),ひじき,豚もも,大豆(ゆで),だし(かつお・昆布),カットわかめ,みそ	むらさきいもせんべい,米,砂糖,なたね油,ブチステイック	にんじん,たまねぎ,グリンピース,キャベツ,かぼちゃ,しめじ,りんご
9 火	牛乳 ウエハース	大根菜飯 豚汁	牛乳 フライドポテト	牛乳(飲用),ムキエビ,油揚げ,だし(かつお・昆布),豆腐,豚もも,みそ	ウエハース,米,砂糖,ごま油,里芋(冷凍),じゃがいも,なたね油	だいこん,にんじん,こまつな,はくさい,ねぎ
10 水	牛乳 おこさませんべい	食パン 鮭のムニエルグリーンソース コーンスープ	牛乳 さつまいもバター	牛乳(飲用),鮭,牛乳,だし(かつお・昆布)	おこさませんべい,食パン,片栗粉,なたね油,上新粉,バター,さつまいも,グラニュー糖	ほうれんそう,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
11 木	牛乳 マンナビスケット	味噌ラーメン 厚揚げと白菜の煮浸し	牛乳 りんごドーナツ	牛乳(飲用),豚ひき肉,みそ,一口厚揚げ,だし(かつお・昆布)	マンナビスケット,中華めん(ゆで),白ごま,ごま油,砂糖,ホットケーキミックス,なたね油	キャベツ,緑豆もやし,にんじん,ねぎ,はくさい,りんご
12 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 魚のネギみそ焼き・れんこんの金平すまし汁	牛乳 りんご きなこせんべい	牛乳(飲用),カレイ,みそ,だし(かつお・昆布)	かぼちゃボーロ,米,砂糖,白ごま,ごま油,きなこせんべい	ねぎ,れんこん,にんじん,たまねぎ,緑豆もやし,はくさい,りんご
13 土	牛乳 ハイハイイン	ご飯 鶏丼の具 ミニゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし	ハイハイイン,米,砂糖,なたね油,お菓子	にんじん,たまねぎ,ピーマン,しめじ,一口ゼリー
15 月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 豚肉の土生姜焼き 味噌汁	牛乳 りんご ふんわりきなこロール	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお・昆布),みそ	むらさきいもせんべい,米,白ごま,砂糖,なたね油,里芋(冷凍),ふんわりきなこロール	にんじん,にら,たまねぎ,ピーマン,土生姜,だいこん,はくさい,しめじ,りんご

【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12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	火	牛乳 ウエハース	ツナとしめじの五目ごはん すまし汁	牛乳 南瓜ケーキ	牛乳(飲用),まぐろ水煮,油揚げ,だし(かつお・昆布),豆腐,卵,牛乳	ウエハース,米,砂糖,ホットケーキミックス,バター	ごぼう,しめじ,にんじん,たまねぎ,はくさい,ねぎ,かぼちゃ(冷凍)
17	水	りんごジュース 星っこ	豆乳ロール,フライドチキン 人参のグラッセ風・プロッコリー・ポテト クリスマススープ,クリスマスゼリー	牛乳 黒糖入り蒸しパン	鶏もも皮なし,牛乳(飲用)	星っこ,豆乳ロール,片栗粉,なたね油,砂糖,フライドポテト・冷凍,黒砂糖,ホットケーキミックス	りんご飲料・果汁100%,土生姜,にんじん,プロッコリー(冷凍),たまねぎ,グリンピース,ホールコーン(冷凍)
18	木	牛乳 マンナビスケット	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(もも)	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,えびフライ,だし(かつお・昆布),豆乳	マンナビスケット,米,なたね油,はるさめ,上新粉,砂糖	にんじん,たまねぎ,グリンピース,プロッコリー(冷凍),しめじ,にら,一口ゼリー,白桃(缶詰)
19	金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 鮭のチーズ焼き 野菜スープ	牛乳 みかん 白い風船	牛乳(飲用),鮭,ピザ用チーズ,だし(かつお・昆布)	かぼちゃボーロ,米,白い風船	プロッコリー(冷凍),たまねぎ,緑豆もやし,にんじん,キャベツ,みかん
20	土	牛乳 ハイハイ	ご飯 豚きのこ丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ヨーグルト	ハイハイ,米,糸こんにゃく,砂糖,なたね油,お菓子	干しこいたけ,しめじ,にんじん,たまねぎ,グリンピース
22	月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 野菜の磯煮 味噌汁	牛乳 りんご ブチステイック	牛乳(飲用),ひじき,豚もも,大豆(ゆで),だし(かつお・昆布),カットわかめ,みそ	むらさきいもせんべい,米,砂糖,なたね油,ブチステイック	にんじん,たまねぎ,グリンピース,キャベツ,かぼちゃ,しめじ,りんご
23	火	牛乳 ウエハース	大根菜飯 豚汁	牛乳 フライドポテト	牛乳(飲用),ムキエビ,油揚げ,だし(かつお・昆布),豆腐,豚もも,みそ	ウエハース,米,砂糖,ごま油,里芋(冷凍),じゃがいも,なたね油	だいこん,にんじん,こまつな,はくさい,ねぎ
24	水	牛乳 おこさませんべい	食パン 鶏肉のマーマレード煮 ワカメスープ	牛乳 黒ごまマフィン	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,カットわかめ,だし(かつお・昆布),卵,牛乳	おこさませんべい,食パン,マーマレード(オレンジ),なたね油,ホットケーキミックス,砂糖,バター,黒ごま	たまねぎ,にんじん,緑豆もやし,にら,干しこいたけ
25	木	牛乳 マンナビスケット	中華風炊込みご飯 すまし汁	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	マンナビスケット,米,砂糖,ごま油,お菓子	にんじん,干しこいたけ,たけのこ水煮,いんげん,土生姜,たまねぎ,キャベツ
26	金	牛乳 かぼちゃボーロ	ひじきごはん 味噌汁	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,ひじき,だし(かつお・昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,砂糖,なたね油,里芋(冷凍),お菓子	にんじん,いんげん,だいこん,こまつな
27	土	牛乳 ハイハイ	ご飯 鶏丼の具 ミニゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし	ハイハイ,米,砂糖,なたね油,お菓子	にんじん,たまねぎ,ピーマン,しめじ,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	458	17.3	13.7	296	1.8	200	0.27	0.4	17	3.7	1.4
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	15.1	289	2.0	235	0.31	0.43	20	4.6	1.6
基準値	520	17~26	12~17	240	2.0	200	0.2	0.4	16	3.2	1.4

※17日は3歳以上児も10時に
りんごジュースと星っこを
提供します。



【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。