

令和8年11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
2 月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 切干大根の炒め煮 すまし汁	牛乳 かき きなこせんべい	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	むらさきいもせんべい,米,なたね油,砂糖,きなこせんべい	切り干し大根,にんじん,いんげん,こまつな,しめじ,柿
4 水	牛乳 おこさませんべい	味噌ラーメン 厚揚げと白菜の煮浸し	牛乳 豆乳きな粉	牛乳(飲用),豚ひき肉,みそ,一口厚揚げ,だし(かつお・昆布),豆乳,きなこ	おこさませんべい,中華めん(ゆで),白ごま,ごま油,砂糖,片栗粉	キャベツ,緑豆もやし,にんじん,ねぎ,はくさい
5 木	牛乳 ウエハース	食パン 里芋の味噌グラタン きのこスープ	牛乳 南瓜ケーキ	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,みそ,粉チーズ,豆腐,だし(かつお・昆布),卵	ウエハース,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,砂糖	たまねぎ,ねぎ,しめじ,にんじん,干しいたけ,えのきたけ,にら,かぼちゃ(冷凍)
6 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 カレイの味噌焼き・里芋の煮物 すまし汁	牛乳 豆乳ロール	牛乳(飲用),カレイ,みそ,だし(かつお・昆布),豆腐,カットわかめ	かぼちゃボーロ,米,砂糖,里芋(冷凍),豆乳ロール	土生姜,だいこん,はくさい,えのきたけ,にんじん
7 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 のっぺい丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),ヨーグルト	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,いんげん,土生姜
9 月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 親子丼の具 味噌汁	牛乳 りんご アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,卵,だし(かつお・昆布),豆腐,カットわかめ,みそ	むらさきいもせんべい,米,砂糖,アンパンマンのソフトせんべい	にんじん,たまねぎ,生しいたけ,ねぎ,はくさい,りんご
10 火	牛乳 マンナビスケット	中華風炊込みご飯 豆乳入り味噌汁	牛乳 アップルトースト	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ,豆腐,豆乳,みそ,だし(かつお・昆布)	マンナビスケット,米,砂糖,ごま油,食パン,バター	にんじん,干しいたけ,たけのこ,水煮,いんげん,土生姜,はくさい,えのきたけ,ねぎ,りんご(缶詰)
11 水	牛乳 ハイハイ	きつねうどん さつま芋のひじき煮	牛乳 ミート蒸しパン	牛乳(飲用),だし(かつお・昆布),すし揚げ,ひじき,豚ひき肉	ハイハイ,うどん,砂糖,さつまいも,なたね油,ホットケーキミックス,ごま油	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,干しいたけ,グリーンピース
12 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(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	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,白桃(缶詰)
13 金	牛乳 かぼちゃボーロ	芋ごはん 鮭の塩焼き・れんこんきんぴら 味噌汁	牛乳 りんご 満月ポン	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,さつまいも,黒ごま,砂糖,白ごま,ごま油,里芋(冷凍),満月ポン	れんこん,だいこん,にんじん,ねぎ,りんご
14 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 中華丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ	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,国産やさしいゼリー
16 月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 五目きんぴら 豚汁	牛乳 りんご 白い風船	牛乳(飲用),だし(かつお・昆布),豆腐,豚もも,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,白ごま,里芋(冷凍),白い風船	ごぼう,にんじん,ピーマン,たまねぎ,れんこん,はくさい,ねぎ,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8年11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
17 火	牛乳 あられ	ご飯 ジャージャー丼の具 野菜スープ	牛乳 さつま芋の黒糖煮	牛乳(飲用),豚ひき肉,みそ,豆腐,だし(かつお・昆布)	あられ,米,砂糖,片栗粉,ごま油,さつまいも,黒砂糖	たけのこ水煮,にんじん,干しいたけ,ねぎ,たまねぎ,こまつな
18 水	牛乳 おこさませんべい	味噌ラーメン 厚揚げと白菜の煮浸し	牛乳 豆乳きな粉	牛乳(飲用),豚ひき肉,みそ,一口厚揚げ,だし(かつお・昆布),豆乳,きなこ	おこさませんべい,中華めん(ゆで),白ごま,ごま油,砂糖,片栗粉	キャベツ,緑豆もやし,にんじん,ねぎ,はくさい
19 木	牛乳 ウエハース	ご飯 鮭のカレーマリネ すまし汁	牛乳 りんご ふんわりきなこロール	牛乳(飲用),鮭,豆腐,だし(かつお・昆布)	ウエハース,米,片栗粉,なたね油,砂糖,ふんわりきなこロール	ブロッコリー(冷凍),にんじん,たまねぎ,えのきたけ,ねぎ,りんご
20 金	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 南瓜ケーキ	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,まぐろ水煮,卵	かぼちゃボーロ,食パン,じゃがいも,クリームコーン,上新粉,バター,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,ホールコーン(冷凍),キャベツ,かぼちゃ(冷凍)
21 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 のっぺい丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),ヨーグルト	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,いんげん,土生姜
24 火	牛乳 マンナビスケット	ツナとしめじの五目ごはん 味噌汁	牛乳 さつま芋の黒糖煮	牛乳(飲用),まぐろ水煮,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,砂糖,じゃがいも,さつまいも,黒砂糖	ごぼう,しめじ,干しいたけ,にんじん,たまねぎ
25 水	牛乳 ハイハイ	きつねうどん さつま芋のひじき煮	牛乳 ミート蒸しパン	牛乳(飲用),だし(かつお・昆布),すし揚げ,ひじき,豚ひき肉	ハイハイ,うどん,砂糖,さつまいも,なたね油,ホットケーキミックス,ごま油	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,干しいたけ,グリーンピース
26 木	牛乳 ウエハース	WE米パン・黒ごまロール カレイ・鶏肉のオニオンガーリック 野菜スープ,みかんゼリー・ももゼリー	牛乳 りんご蒸しケーキ	牛乳(飲用),カレイ,鶏もも皮なし,豆腐,だし(かつお・昆布)	ウエハース,WE米パン,黒ごまロール,片栗粉,なたね油,砂糖,ホットケーキミックス	たまねぎ,にんにく,土生姜,ブロッコリー(冷凍),緑豆もやし,にんじん,ねぎ,みかんゼリー,ももゼリー,りんご飲料
27 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 カレイの味噌焼き・里芋の煮物 すまし汁	牛乳 豆乳ロール	牛乳(飲用),カレイ,みそ,だし(かつお・昆布),豆腐,カットわかめ	かぼちゃボーロ,米,砂糖,里芋(冷凍),豆乳ロール	土生姜,だいこん,はくさい,えのきたけ,にんじん
28 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 中華丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ	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,国産やさいぜりー
30 月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 切干大根の炒め煮 すまし汁	牛乳 りんご きなこせんべい	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	むらさきいもせんべい,米,なたね油,砂糖,きなこせんべい	切り干し大根,にんじん,いんげん,こまつな,しめじ,りんご

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26日(木)です。

1～2歳は、WE米パン、カレイのオニオンガーリック、スープ、ももゼリーです。

【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。

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	462	17.0	13.0	300	2.0	193	0.23	0.41	31	3.8	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	520	19.4	14.2	291	2.3	223	0.30	0.44	34	4.7	1.6
基準値	520	17～26	12～17	240	2.0	200	0.2	0.4	16	3.2	1.4