

令和7年10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	食パン サクッとバーグ 野菜スープ	牛乳 ふかし芋	牛乳(飲用),牛ひき肉,豚ひき肉,卵,ピザ用チーズ,だし(かつお・昆布)	ハイハイ,食パン,パン粉,さつまいも	たまねぎ,緑豆もやし,にんじん,干しいたけ,ねぎ
2 木	牛乳 マンナビスケット	きのこスパゲティ もやしスープ	牛乳 黒ゴマきな粉ケーキ	牛乳(飲用),ベーコン,だし(かつお・昆布),卵,きなこ,牛乳	マンナビスケット,スパゲティ,なたね油,ホットケーキミックス,バター,砂糖,黒ごま	まいたけ,えのきたけ,にんじん,しめじ,ねぎ,にんにく,緑豆もやし,たまねぎ,チンゲンサイ,干しいたけ
3 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 豆乳入り味噌汁	牛乳 りんご アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),鮭,豆腐,豆乳,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,アンパンマンのソフトせんべい	緑豆もやし,にんじん,にら,はくさい,えのきたけ,ねぎ,りんご
4 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,国産やさしいゼリー
6 月	牛乳 むらさきもせんべい	ご飯 里芋と鶏肉のこってり煮 すまし汁	牛乳 かぼちゃロール	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),豆腐	むらさきもせんべい,米,里芋(冷凍),砂糖,なたね油,かぼちゃロール	にんじん,しめじ,いんげん,たまねぎ,はくさい,こまつな
7 火	牛乳 ウエハース	豚肉寿司 かき玉汁	牛乳 大学芋	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお・昆布),卵,カットわかめ	ウエハース,米,砂糖,なたね油,白ごま,さつまいも,水あめ,黒ごま	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ,ねぎ
8 水	牛乳 おこさませんべい	食パン パンプキングラタン コーンスープ	牛乳 マフィン	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,粉チーズ,だし(かつお・昆布),卵	おこさませんべい,食パン,バター,上新粉,パン粉,ホットケーキミックス,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,干しいたけ
9 木	牛乳 マンナビスケット	ワカメラーメン 大根のそぼろ煮	牛乳 スイートポテトトースト	牛乳(飲用),カットわかめ,鶏もも皮なし,鶏ひき肉,だし(かつお・昆布),牛乳	マンナビスケット,中華めん(ゆで),ごま油,砂糖,なたね油,食パン,さつまいも,バター	にんじん,キャベツ,ねぎ,だいこん,土生姜
10 金	牛乳 かぼちゃボーロ	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	かぼちゃボーロ,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,一口ゼリー,りんご(缶詰)
11 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 ひじき入りマーボー丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),ひじき,豆腐,豚ひき肉,みそ,ヨーグルト	ハイハイ,米,片栗粉,砂糖,なたね油,お菓子	たけのこ水煮,ねぎ,たまねぎ,にんじん,土生姜
14 火	牛乳 ウエハース	ひじきごはん 味噌汁	牛乳 麩ロランタン	牛乳(飲用),高野豆腐,ひじき,だし(かつお・昆布),みそ	ウエハース,米,砂糖,なたね油,じゃがいも,麩,バター,グラニュー糖	にんじん,グリーンピース,たまねぎ
15 水	牛乳 ハイハイ	食パン サクッとバーグ 野菜スープ	牛乳 ふかし芋	牛乳(飲用),牛ひき肉,豚ひき肉,卵,ピザ用チーズ,だし(かつお・昆布)	ハイハイ,食パン,パン粉,さつまいも	たまねぎ,緑豆もやし,にんじん,干しいたけ,ねぎ
16 木	牛乳 マンナビスケット	あんかけうどん もやしのごま和え	牛乳 お好みピザ	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),まぐろ水煮,卵,ピザ用チーズ	マンナビスケット,うどん,片栗粉,白ごま,砂糖,小麦粉	はくさい,にんじん,干しいたけ,ねぎ,土生姜,ほうれんそう,緑豆もやし,たまねぎ,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7年10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 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 魚のから揚げネギソース すまし汁	牛乳 りんご ミレービスケット	牛乳(飲用),カレイ,だし(かつお・昆布)	かぼちゃボーロ,米,片栗粉,なたね油, 砂糖,ごま油,里芋(冷凍),ミレービス ケット	土生姜,ねぎ,たまねぎ,チンゲンサイ, しめじ,りんご
18 土	牛乳 ハイハイン	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	ハイハイン,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
20 月	牛乳 むらさきもせんべい	ご飯 里芋と鶏肉のこってり煮 すまし汁	牛乳 かぼちゃロール	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・ 昆布),豆腐	むらさきもせんべい,米,里芋(冷 凍),砂糖,なたね油,かぼちゃロール	にんじん,しめじ,いんげん,たまねぎ, はくさい,こまつな
21 火	牛乳 ウエハース	豚肉寿司 かき玉汁	牛乳 大学芋	牛乳(飲用),豚もも,だし(かつお・昆布), 卵,カットわかめ	ウエハース,米,砂糖,なたね油,白ご ま,さつまいも,水あめ,黒ごま	にんじん,ごぼう,いんげん,たまねぎ, ねぎ
22 水	牛乳 おこさませんべい	食パン パンピンググラタン コーンスープ	牛乳 マフィン	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,牛乳,粉チー ズ,だし(かつお・昆布),卵	おこさませんべい,食パン,バター,上 新粉,パン粉,ホットケーキミックス,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,干しいたけ
23 木	牛乳 マンナビスケット	きのこスパゲティ もやしスープ	牛乳 チーズスティック	牛乳(飲用),ベーコン,だし(かつお・昆 布),粉チーズ	マンナビスケット,スパゲティ,なたね 油,食パン,バター	まいたけ,えのきたけ,にんじん,しめ じ,ねぎ,にんにく,緑豆もやし,たまね ぎ,チンゲンサイ,生しいたけ
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 豆乳入り味噌汁	牛乳 りんご アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),鮭,豆腐,豆乳,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,アンパンマンのソフトせんべい	緑豆もやし,にんじん,にら,はくさい,え のきたけ,ねぎ,りんご
25 土	牛乳 ハイハイン	ご飯 ひじき入りマーボー丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),ひじき,豆腐,豚ひき肉,みそ, ヨーグルト	ハイハイン,米,片栗粉,砂糖,なたね 油,お菓子	たけのこ水煮,ねぎ,たまねぎ,にんじ ん,土生姜
27 月	牛乳 むらさきもせんべい	ご飯 マーミナチャンプルー 根菜汁	牛乳 梨 ブチスティック	牛乳(飲用),一口厚揚げ,まぐろ水煮, カットわかめ,だし(かつお・昆布),みそ	むらさきもせんべい,米,なたね油, 里芋(冷凍),ブチスティック	緑豆もやし,にんじん,にら,だいこん, キャベツ,ごぼう,なし
28 火	牛乳 ウエハース	きのこカレー 甘酢和え	牛乳 きなこ蒸しパン	牛乳(飲用),豚もも,まぐろ水煮,卵,牛乳, きなこ	ウエハース,米,じゃがいも,カレール ウ,砂糖,ホットケーキミックス	にんじん,たまねぎ,しめじ,グリーンピー ス,キャベツ
29 水	牛乳 ハイハイン	食パン 酢豚 ニラと豆腐のスープ	牛乳 とうもろこしのカリカリ焼き	牛乳(飲用),豚肉,豆腐,だし(かつお・昆 布)	ハイハイン,食パン,片栗粉,なたね油, 砂糖	土生姜,にんじん,たけのこ水煮,たま ねぎ,干しいたけ,ピーマン,だいこ ん,にら,ホールコーン(冷凍)
30 木	牛乳 マンナビスケット	ワカメラーメン 大根のそぼろ煮	牛乳 スイートポテトトースト	牛乳(飲用),カットわかめ,鶏もも皮なし, 鶏ひき肉,だし(かつお・昆布),牛乳	マンナビスケット,中華めん(ゆで),ご ま油,砂糖,なたね油,食パン,さつまい も,バター	にんじん,キャベツ,ねぎ,だいこん,土 生姜
31 金	牛乳 かぼちゃボーロ	ご飯 魚のから揚げネギソース すまし汁	牛乳 りんご ミレービスケット	牛乳(飲用),カレイ,だし(かつお・昆布)	かぼちゃボーロ,米,片栗粉,なたね油, 砂糖,ごま油,里芋(冷凍),ミレービス ケット	土生姜,ねぎ,たまねぎ,チンゲンサイ, 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。

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	473	17.2	15.3	308	2.0	197	0.27	0.43	24	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	534	19.7	16.9	297	2.2	227	0.32	0.46	27	4.6	1.7
基準値	520	17～26	12～17	240	2.0	200	0.2	0.4	16	3.2	1.4