令和8年12月　献立表



3歳以上児/3歳未満児

吹田市

日	曜	朝のおやつ	昼食	午後のおやつ	使用食品
1	火	牛乳 ﾙｳﾞｧﾝｸﾗｼｶﾙ	ごはん ハヤシライス おかかあえ	牛乳 みかん ぱりんこ	◆牛乳、ルヴァンクラシカル　◆精白米／豚肉、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、ハヤシルウ、ｳｽﾀｰｿｰｽ、油／ブロッコリー、花かつお、濃口しょうゆ　◆牛乳／みかん／ぱりんこ
2	水	牛乳 ベビーせんべい	黒糖パン 鮭のマヨネーズ焼 煮びたし 豆腐のスープ	牛乳 大学いも	◆牛乳、ベビーせんべい　◆黒糖パン／生さけ、薄口しょうゆ、マヨドレ／小松菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節／豆腐、たまねぎ、にら、けずり節、薄口しょうゆ　◆牛乳／さつまいも、油、白ざとう、水
3	木	牛乳 ハイハイン（野菜） 	ソフトフランス かぼちゃの豆乳スープ ドレッシングサラダ	牛乳 もちもちパン	◆牛乳、ハイハイン（野菜）　◆ソフトフランス／鶏肉、南瓜、たまねぎ、人参、サラダマカロニ、油、コーン缶（粒ｸﾘｰﾑ）、豆乳、ｺﾝｿﾒﾁｷﾝ、塩・こしょう／キャベツ、きゅうり、レーズン、酢、白ざとう、油、塩　◆牛乳／白玉粉、牛乳、油、塩、チーズ（ピザ用）
4	金	牛乳 お子様せんべい	ごはん かす汁 海苔塩ナムル	牛乳 キャロットクッキー	◆牛乳、お子様せんべい　◆精白米／豚肉、大根、里芋、人参、こんにゃく、うす揚、青ねぎ、酒かす　、みそ、けずり節／白菜、太もやし、ちくわ ※卵不使用、きざみのり、塩、ごま油、濃口しょうゆ　◆牛乳／小麦粉、バター、白ざとう、人参
5	土	牛乳 お菓子	五目ラーメン 南瓜の煮つけ	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子　◆中華そば、豚肉、キャベツ、たまねぎ、人参、太もやし、青ねぎ、丸鶏がらｽｰﾌﾟ、塩・こしょう、ごま油、薄口しょうゆ／南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、だし昆布　◆牛乳／くだもの／お菓子
7	月	牛乳 ハイハイン	ロールパン（3～5歳ｸﾗｽ） カレーうどん かぶの甘酢あえ	牛乳 じゃこおにぎり	◆牛乳、ハイハイン　◆ロールパン／うどん、豚肉、青梗菜、たまねぎ、人参、うす揚、けずり節、カレールウ、カレー粉、薄口しょうゆ、片栗粉／かぶ、かぶの葉、酢、三温糖、塩　◆牛乳／精白米、油、ちりめんじゃこ、粉かつお、薄口しょうゆ
8	火	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 鯖のおろし煮 ごまあえ みそ汁	牛乳 みかん 麩ラスク	◆牛乳、ベビーせんべい　◆精白米／生さば、三温糖、濃口しょうゆ、大根／小松菜、人参、白いりごま、濃口しょうゆ／たまねぎ、豆苗、わかめ、みそ、けずり節　◆牛乳／みかん／おつゆふ、白ざとう、バター
9	水	牛乳 ﾙｳﾞｧﾝｸﾗｼｶﾙ	ごはん はくさい鍋 いとこ煮	牛乳 ゆず蒸しパン	◆牛乳、ルヴァンクラシカル　◆精白米／豚肉、豆腐、白菜、たまねぎ、人参、水菜、生しいたけ、けずり節、薄口しょうゆ／南瓜、小豆、三温糖、濃口しょうゆ　◆牛乳／小麦粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、白ざとう、ゆず、水、油
10	木	牛乳 お子様せんべい	パンプキンパン フレーク揚 お浸し ビーフン汁	牛乳 りんご おにぎりせんべい　銀しゃり	◆牛乳、お子様せんべい　◆パンプキンパン／白身魚、塩・こしょう、小麦粉、卵、コーンフレーク、パン粉、油／きゅうり、濃口しょうゆ／ビーフン 、たまねぎ、人参、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ　◆牛乳／りんご／おにぎりせんべい 銀しゃり
11	金	牛乳 ハイハイン（野菜） 	チキンライス ツナあえ レタスのスープ	牛乳 いちごジャムケーキ	◆牛乳、ハイハイン（野菜）　◆精白米、鶏肉、たまねぎ、人参、コーン缶（粒）、油、丸鶏がらｽｰﾌﾟ、ケチャップ、塩・こしょう／ブロッコリー、ツナフレーク、濃口しょうゆ／レタス、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ　◆牛乳／小麦粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、白ざとう、いちごジャム、卵、バター、油、牛乳
12	土	牛乳 お菓子	あんかけうどん じゃがいもの煮つけ	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子　◆うどん、鶏肉、白菜、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ、片栗粉／じゃがいも、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節　◆牛乳／くだもの／お菓子
14	月	牛乳 ﾙｳﾞｧﾝｸﾗｼｶﾙ	ごはん ハヤシライス おかかあえ	牛乳 みかん ぱりんこ	◆牛乳、ルヴァンクラシカル　◆精白米／豚肉、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、ハヤシルウ、ｳｽﾀｰｿｰｽ、油／ブロッコリー、花かつお、濃口しょうゆ　◆牛乳／みかん／ぱりんこ

◇ 献立内容は予定ですので、変更になることがあります。



◇ 初めての食品は、家庭で食べてから園で食べるようにしましょう。

※ 白身魚は、『まだら』か『キングフィレ』になります。

令和8年12月　献立表

3歳以上児/3歳未満児

吹田市

日	曜	朝のおやつ	昼食	午後のおやつ	使用食品
15	火	牛乳 マンナ	ごはん 鶏肉の照焼 三色あえ みそ汁	牛乳 りんご ぼんち揚	◆牛乳、マンナ　◆精白米／鶏もも肉 、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、油／太もやし、ほうれん草、人参、濃口しょうゆ、白ざとう／さつまいも、たまねぎ、えのきだけ、みそ、けずり節　◆牛乳／りんご／ぼんち揚
16	水	牛乳 ベビーせんべい	黒糖パン 鮭のマヨネーズ焼 煮びたし 豆腐のスープ	牛乳 大学いも	◆牛乳、ベビーせんべい　◆黒糖パン／生さけ、薄口しょうゆ、マヨドレ／小松菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節／豆腐、たまねぎ、にら、けずり節、薄口しょうゆ　◆牛乳／さつまいも、油、白ざとう、水
17	木	牛乳 お子様せんべい	ごはん かす汁 海苔塩ナムル	牛乳 キャロットクッキー	◆牛乳、お子様せんべい　◆精白米／豚肉、大根、里芋、人参、こんにゃく、うす揚、青ねぎ、酒かす　、みそ、けずり節／白菜、太もやし、ちくわ ※卵不使用、きざみのり、塩、ごま油、濃口しょうゆ　◆牛乳／小麦粉、バター、白ざとう、人参
18	金	牛乳 ハイハイン（野菜） 	人参パン 鶏肉のから揚 花野菜のお浸し コンソメスープ	牛乳 ココア豆乳ケーキ	◆牛乳、ハイハイン（野菜）　◆人参パン／鶏もも肉、塩・こしょう、濃口しょうゆ、片栗粉、油／ブロッコリー、カリフラワー、濃口しょうゆ／じゃがいも、たまねぎ、人参、パセリ、ｺﾝｿﾒﾁｷﾝ、薄口しょうゆ　◆牛乳／小麦粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、白ざとう、純ココア、油、豆乳、粉糖(飾り用)
19	土	牛乳 お菓子	五目ラーメン 南瓜の煮つけ	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子　◆中華そば、豚肉、キャベツ、たまねぎ、人参、太もやし、青ねぎ、丸鶏がらｽｰﾌﾟ、塩・こしょう、ごま油、薄口しょうゆ／南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、だし昆布　◆牛乳／くだもの／お菓子
21	月	牛乳 ハイハイン（野菜）	ごはん 炒り鶏 みそ汁	牛乳 いちごジャムサンド	◆牛乳、ハイハイン（野菜）　◆精白米／鶏肉、ちくわ ※卵不使用、じゃがいも、人参、こんにゃく、れんこん、三温糖、濃口しょうゆ、油、けずり節／キャベツ、うす揚、みそ、けずり節　◆牛乳／食パン、いちごジャム
22	火	牛乳 ﾙｳﾞｧﾝｸﾗｼｶﾙ	ごはん はくさい鍋 いとこ煮	牛乳 ゆず蒸しパン	◆牛乳、ルヴァンクラシカル　◆精白米／豚肉、豆腐、白菜、たまねぎ、人参、水菜、生しいたけ、けずり節、薄口しょうゆ／南瓜、小豆、三温糖、濃口しょうゆ　◆牛乳／小麦粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、白ざとう、ゆず、水、油
23	水	牛乳 お子様せんべい	パンプキンパン フレーク揚 お浸し ビーフン汁	牛乳 りんご おにぎりせんべい　銀しゃり	◆牛乳、お子様せんべい　◆パンプキンパン／白身魚、塩・こしょう、小麦粉、卵、コーンフレーク、パン粉、油／きゅうり、濃口しょうゆ／ビーフン 、たまねぎ、人参、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ　◆牛乳／りんご／おにぎりせんべい 銀しゃり
24	木	牛乳 ハイハイン	ロールパン（3～5歳ｸﾗｽ） カレーうどん かぶの甘酢あえ	牛乳 じゃこおにぎり	◆牛乳、ハイハイン　◆ロールパン／うどん、豚肉、青梗菜、たまねぎ、人参、うす揚、けずり節、カレールウ、カレー粉、薄口しょうゆ、片栗粉／かぶ、かぶの葉、酢、三温糖、塩　◆牛乳／精白米、油、ちりめんじゃこ、粉かつお、薄口しょうゆ
25	金	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 鯖のおろし煮 ごまあえ みそ汁	牛乳 みかん 麩ラスク	◆牛乳、ベビーせんべい　◆精白米／生さば、三温糖、濃口しょうゆ、大根／小松菜、人参、白いりごま、濃口しょうゆ／たまねぎ、豆苗、わかめ、みそ、けずり節　◆牛乳／みかん／おつゆふ、白ざとう、バター
26	土	牛乳 お菓子	あんかけうどん じゃがいもの煮つけ	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子　◆うどん、鶏肉、白菜、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ、片栗粉／じゃがいも、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節　◆牛乳／くだもの／お菓子
28	月	牛乳 ハイハイン（野菜）	ごはん さつま汁 三色あえ	牛乳 みかん ぼんち揚	◆牛乳、ハイハイン（野菜）　◆精白米／鶏肉、うす揚、さつまいも、大根、人参、こんにゃく、青ねぎ、みそ、けずり節／太もやし、ほうれん草、人参、濃口しょうゆ、白ざとう　◆牛乳／みかん／ぼんち揚



【園での一人当たりの栄養量（土曜を除く）】

12月		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg
3歳以上児	目標量	560	18.2～28.0	12.5～18.7	260
	平均栄養量	572	20.0	19.0	277
3歳未満児	目標量	470	15.3～23.5	10.5～15.7	220
	平均栄養量	492	17.0	16.6	261