

令和7年11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 土	牛乳 お菓子	五目ラーメン さつまいもの煮つけ	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、丸鶏がらスープ、塩・こしょう、ごま油、薄口しょうゆ/さつまいも、三温糖、濃口しょうゆ、だし昆布 ◆牛乳/くだもの/お菓子
4 火	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 豚汁 ピーマンじゃこ	牛乳 りんご ぼんち揚	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米/豚肉、大根、人参、こんにゃく、うす揚げ、青ねぎ、みそ、けずり節/ピーマン、赤パプリカ、ちりめんじゃこ、油、濃口しょうゆ、みりん ◆牛乳/りんご/ぼんち揚
5 水	牛乳 お子様せんべい	ソフトフランス マカロニグラタン風煮 白菜サラダ	牛乳 五平餅	◆牛乳、お子様せんべい ◆ソフトフランス/サラダマカロニ、鶏肉、たまねぎ、人参、しめじ、ケルピー、バター、小麦粉、牛乳、コンソメ、油、塩・こしょう/白菜、きゅうり、レーズン、酢、白ごとう、油、塩 ◆牛乳/精白米、みそ、三温糖、ぬるま湯、白いりごま
6 木	牛乳 ベビーせんべい 	ごはん ハヤシライス ツナあえ	牛乳 焼きいも	◆牛乳、ベビーせんべい ◆精白米/豚肉、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、SBとろけるハシメ、ウスターソース、油/キャベツ、ツナフレーク、濃口しょうゆ ◆牛乳/さつまいも
7 金	牛乳 ハイハイン	ごはん 鯖のソース煮 三色あえ みそ汁	牛乳 黒蒸しパン	◆牛乳、ハイハイン ◆精白米/生さば、土生姜、三温糖、濃口しょうゆ、ウスターソース/太もやし、ほうれん草、人参、濃口しょうゆ、白ごとう/豆腐、たまねぎ、青ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、黒ごとう、ぬるま湯、油
8 土	牛乳 お菓子	かやくうどん 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、生しいたけ、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ/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
10 月	牛乳 マンナ	ごはん 豚肉と里芋のみそ煮 ビーフン汁	牛乳 ポップコーン みかん	◆牛乳、マンナ ◆精白米/豚肉、里芋、大根、人参、こんにゃく、三度豆、みりん、三温糖、濃口しょうゆ、みそ、けずり節/ビーフン、たまねぎ、にら、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/ポップコーン用とうもろこし、塩、油/みかん
11 火	牛乳 ハイハイン 	ハイクップルパンス 鶏肉のカレーマヨ焼 青梗菜とコーンのお浸し レタスのスープ	牛乳 りんごケーキ	◆牛乳、ハイハイン ◆ハイクップルパンス/鶏もも肉、塩・こしょう、片栗粉、カレー粉、マヨドレ/青梗菜、コーン缶(粒)、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、ベーキングパウダー、白ごとう、りんご、卵、油
12 水	牛乳 ベビーせんべい	黒糖パン 納豆のかき揚げ お浸し 清汁	牛乳 柿 ぱりんこ	◆牛乳、ベビーせんべい ◆黒糖パン/納豆、さつまいも、たまねぎ、人参、ちくわ ※卵不使用、小麦粉、卵、油/きゅうり、濃口しょうゆ/おつゆふ、たまねぎ、わかめ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/柿/ぱりんこ
13 木	牛乳 ハイハイン (野菜)	ごはん 鮭の塩こうじ焼 煮びたし みそ汁	牛乳 ココアゼリー ぶくぶくプレートスケット	◆牛乳、ハイハイン (野菜) ◆精白米/生さけ、塩こうじ/小松菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節/南瓜、白ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/寒天(粉末)、水、白ごとう、純ココア、牛乳/ぶくぶくプレートスケット
14 金	牛乳 お子様せんべい	ごはん おでん風煮 ごまあえ	牛乳 きなこラスク	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米/鶏肉、じゃがいも、大根、人参、平天 ※卵不使用、こんにゃく、厚揚げ、だし昆布、三温糖、濃口しょうゆ/ブロッコリー、白いりごま、濃口しょうゆ ◆牛乳/食パン、きな粉、水、バター、白ごとう
15 土	牛乳 お菓子	ごはん マーボー丼 南瓜の煮つけ	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子 ◆精白米/豆腐(木綿)、豚ミンチ、たまねぎ、人参、青梗菜、みそ、三温糖、濃口しょうゆ、丸鶏がらスープ、油、片栗粉/南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、だし昆布 ◆牛乳/くだもの/お菓子

◇ 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。



令和7年11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
17 月	牛乳 お子様せんべい	ソフトフランス マカロニグラタン風煮 白菜サラダ	牛乳 五平餅	◆牛乳、お子様せんべい ◆ソフトフランス/サラダマカロニ、鶏肉、たまねぎ、人参、しめじ、ケリビーズ、バター、小麦粉、牛乳、コンソメ、油、塩・こしょう/白菜、きゅうり、レーズン、酢、白ごとう、油、塩 ◆牛乳/精白米、みそ、三温糖、ぬるま湯、白いりごま
18 火	牛乳 ルヴァンクラシカル 	ごはん さわらの柚庵焼 ひじきのいため煮 みそ汁	牛乳 大学いも	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米/さわら、ゆず、三温糖、濃口しょうゆ、みりん/ひじき、れんこん、人参、三温糖、濃口しょうゆ、油、けずり節/小松菜、うす揚げ、みそ、けずり節 ◆牛乳/さつまいも、油、白ごとう、水
19 水	牛乳 ハイハイン (野菜)	食パン 肉だんごのスープ おかかあえ	牛乳 りんご ぼんち揚げ	◆牛乳、ハイハイン (野菜) ◆食パン/鶏ミンチ、たまねぎ、片栗粉、青梗菜、人参、生しいたけ、はるさめ、けずり節、薄口しょうゆ/ブロッコリー、花かつお、濃口しょうゆ ◆牛乳/りんご/ぼんち揚げ
20 木	牛乳 ベビーせんべい	ごはん ハヤシライス ツナあえ	牛乳 焼きいも	◆牛乳、ベビーせんべい ◆精白米/豚肉、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、SBとろけるハシメ、ウスターソース、油/キャベツ、ツナフレーク、濃口しょうゆ ◆牛乳/さつまいも
21 金	牛乳 ハイハイン	ごはん 鯖のソース煮 三色あえ みそ汁	牛乳 黒蒸しパン	◆牛乳、ハイハイン ◆精白米/生さば、土生姜、三温糖、濃口しょうゆ、ウスターソース/太もやし、ほうれん草、人参、濃口しょうゆ、白ごとう/豆腐、たまねぎ、青ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、黒ごとう、ぬるま湯、油
22 土	牛乳 お菓子	かやくうどん 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、生しいたけ、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ/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
25 火	牛乳 お子様せんべい	ごはん おでん風煮 ごまあえ	牛乳 きなこラスク	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米/鶏肉、じゃがいも、大根、人参、平天 ※卵不使用、こんにゃく、厚揚げ、だし昆布、三温糖、濃口しょうゆ/ブロッコリー、白いりごま、濃口しょうゆ ◆牛乳/食パン、きな粉、水、バター、白ごとう
26 水	牛乳 ベビーせんべい	黒糖パン 納豆のかき揚げ お浸し 清汁	牛乳 柿 ぱりんこ	◆牛乳、ベビーせんべい ◆黒糖パン/納豆、さつまいも、たまねぎ、人参、ちくわ ※卵不使用、小麦粉、卵、油/きゅうり、濃口しょうゆ/おつゆふ、たまねぎ、わかめ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/柿/ぱりんこ
27 木	牛乳 ハイハイン (野菜)	ごはん 鮭の塩こうじ焼 煮びたし みそ汁	牛乳 ココアゼリー ぶくぶくプレートスケット	◆牛乳、ハイハイン (野菜) ◆精白米/生さけ、塩こうじ/小松菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節/南瓜、白ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/寒天 (粉末)、水、白ごとう、純ココア、牛乳/ぶくぶく プレートスケット
28 金	牛乳 マンナ	ごはん 豚肉と里芋のみそ煮 ビーフン汁	牛乳 ポップコーン みかん	◆牛乳、マンナ ◆精白米/豚肉、里芋、大根、人参、こんにゃく、三度豆、みりん、三温糖、濃口しょうゆ、みそ、けずり節/ビーフン、たまねぎ、にら、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/ポップコーン用とうもろこし、塩、油/みかん
29 土	牛乳 お菓子	ごはん マーボー丼 南瓜の煮つけ	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子 ◆精白米/豆腐 (木綿)、豚ミンチ、たまねぎ、人参、青梗菜、みそ、三温糖、濃口しょうゆ、丸鶏がらスープ、油、片栗粉/南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、だし昆布 ◆牛乳/くだもの/お菓子



【園での一人当たりの栄養量 (土曜を除く)】

11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	558	19.4	17.5	287
3歳未満児	目標量	470	15.3~23.5	10.5~15.7	220
	平均栄養量	487	16.5	15.5	272