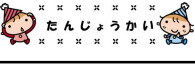


令和7年12月 献立表



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 月	牛乳 ハイハイ	ロールパン (3〜5歳クラス) カレーうどん お浸し	牛乳 ツナおにぎり	◆牛乳、ハイハイ ◆ロールパン／うどん、豚肉、青梗菜、たまねぎ、人参、うす揚げ、けずり節、カレー粉、濃口しょうゆ、片栗粉／きゅうり、濃口しょうゆ ◆牛乳／精白米、ツナフレック、濃口しょうゆ
2 火	牛乳 お子様せんべい	ごはん 南部焼 切干大根のいり煮 清汁	牛乳 みかん 亀田のうす焼サラダ おやつ昆布 (3〜5歳クラス)	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米／さわら、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、白いりごま／切干大根、人参、平天 ※卵不使用、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節、油／水菜、えのきだけ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／みかん／亀田のうす焼サラダ／おやつ昆布
3 水	牛乳 ベビーせんべい 	ソフトフランス かぼちゃの豆乳スープ お浸し	牛乳 もちもちパン	◆牛乳、ベビーせんべい ◆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、塩・こしょう／ブロッコリー、濃口しょうゆ ◆牛乳／白玉粉、牛乳、油、塩、チーズ (ピザ用)
4 木	牛乳 マンナ	ごはん かす汁 おかかあえ	牛乳 りんご 味しらべ	◆牛乳、マンナ ◆精白米／豚肉、大根、里芋、人参、こんにゃく、うす揚げ、青ねぎ、酒かす、みそ、けずり節／白菜、花かつお、濃口しょうゆ ◆牛乳／りんご／味しらべ
5 金	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鯖の生姜煮 三色あえ みそ汁	牛乳 ふかしいも	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米／生さば、土生姜、三温糖、濃口しょうゆ／太もやし、ほうれん草、人参、濃口しょうゆ、白ざとう／おつゆふ、しめじ、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／さつまいも
6 土	牛乳 お菓子	五目ラーメン じゃがいもの煮つけ	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／じゃがいも、三温糖、濃口しょうゆ、だし昆布 ◆牛乳／くだもの／お菓子
8 月	牛乳 ハイハイ (野菜)	ごはん はくさい鍋 いとこ煮	牛乳 ゆず蒸しパン	◆牛乳、ハイハイ (野菜) ◆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、ベーキングパウダー、白ざとう、ゆず、水
9 火	牛乳 マンナ	ごはん ぶりの照焼 かぶの甘酢あえ みそ汁	牛乳 みかん おにぎりせんべい 銀しゃり	◆牛乳、マンナ ◆精白米／ぶり、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、油／かぶ、かぶの葉、酢、三温糖、塩／さつまいも、白ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／みかん／おにぎりせんべい 銀しゃり
10 水	牛乳 ハイハイ	ごはん 炒り鶏 みそ汁	牛乳 ショートビスケット	◆牛乳、ハイハイ ◆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／小松菜、うす揚げ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、バター、白ざとう
11 木	牛乳 お子様せんべい	コッペパン 魚のカレー揚げ 煮びたし わかめスープ	牛乳 りんご ぼたぼた焼	◆牛乳、お子様せんべい ◆コッペパン／キングフィレ、片栗粉、カレー粉、塩、油／青梗菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節／わかめ、たまねぎ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／りんご／ぼたぼた焼
12 金	牛乳 ベビーせんべい 	アップルパンス 鶏肉のオーロラ焼 ドレッシングサラダ 清汁	牛乳 パインチーズケーキ	◆牛乳、ベビーせんべい ◆アップルパンス／鶏もも肉、塩・こしょう、片栗粉、ケチャップ、マヨドレ／キャベツ、きゅうり、コーン缶 (粒)、酢、白ざとう、油、塩／白玉ふ、人参、豆苗、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、カップチーズ、白ざとう、卵、バター、油、パイン缶
13 土	牛乳 お菓子	あんかけうどん さつまいもの煮つけ	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／さつまいも、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節 ◆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 月	牛乳 ハイハイ	ロールパン (3〜5歳クラス) カレーうどん お浸し	牛乳 ツナおにぎり	◆牛乳、ハイハイ ◆ロールパン／うどん、豚肉、青梗菜、たまねぎ、人参、うす揚げ、けずり節、カレー粉、濃口しょうゆ、片栗粉／きゅうり、濃口しょうゆ ◆牛乳／精白米、ツナフレーク、濃口しょうゆ
16 火	牛乳 お子様せんべい	ごはん 南部焼 切干大根のいり煮 清汁	牛乳 みかん 亀田のうす焼サラダ おやつ昆布 (3〜5歳クラス)	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米／さわら、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、白いりごま／切干大根、人参、平天 ※卵不使用、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節、油／水菜、えのきだけ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／みかん／亀田のうす焼サラダ／おやつ昆布
17 水	牛乳 マンナ	ごはん かす汁 おかかあえ	牛乳 もちもちパン	◆牛乳、マンナ ◆精白米／豚肉、大根、里芋、人参、こんにゃく、うす揚げ、青ねぎ、酒かす、みそ、けずり節／白菜、花かつお、濃口しょうゆ ◆牛乳／白玉粉、牛乳、油、塩、チーズ (ピザ用)
18 木	牛乳 ハイハイ (野菜) クリスマス会	人参パン 鶏肉のから揚げ 花野菜のお浸し コンソメスープ	牛乳 りんご お米deクリスマスチョコケーキ	◆牛乳、ハイハイ (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、コンソメ、薄口しょうゆ ◆牛乳／りんご／お米deクリスマスチョコケーキ
19 金	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鯖の生姜煮 三色あえ みそ汁	牛乳 ふかしいも	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米／生さば、土生姜、三温糖、濃口しょうゆ／太もやし、ほうれん草、人参、濃口しょうゆ、白ごとう／お豆腐、しめじ、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／さつまいも
20 土	牛乳 お菓子	五目ラーメン じゃがいもの煮つけ	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／じゃがいも、三温糖、濃口しょうゆ、だし昆布 ◆牛乳／くだもの／お菓子
22 月	牛乳 ハイハイ (野菜)	ごはん はくさい鍋 いとこ煮	牛乳 ゆず蒸しパン	◆牛乳、ハイハイ (野菜) ◆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、ベーキングパウダー、白ごとう、ゆず、水
23 火	牛乳 お子様せんべい	コッペパン 魚のカレー揚げ 煮びたし わかめスープ	牛乳 りんご ぼたぼた焼	◆牛乳、お子様せんべい ◆コッペパン／キングフィレ、片栗粉、カレー粉、塩、油／青梗菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節／わかめ、たまねぎ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／りんご／ぼたぼた焼
24 水	牛乳 ハイハイ	ごはん 炒り鶏 みそ汁	牛乳 ショートビスケット	◆牛乳、ハイハイ ◆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／小松菜、うす揚げ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、バター、白ごとう
25 木	牛乳 マンナ	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め ビーフン汁	牛乳 みかん 麩ラスク	◆牛乳、マンナ ◆精白米／豚肉、キャベツ、たまねぎ、人参、太もやし、ピーマン、みそ、濃口しょうゆ、三温糖、油／ビーフン、たまねぎ、にら、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／みかん／お豆腐、白ごとう、バター
26 金	牛乳 ベビーせんべい	ソフトフランス かぼちゃの豆乳スープ お浸し	牛乳 りんご 味しらべ	◆牛乳、ベビーせんべい ◆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、塩・こしょう／ブロッコリー、濃口しょうゆ ◆牛乳／りんご／味しらべ
27 土	牛乳 お菓子	あんかけうどん さつまいもの煮つけ	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／さつまいも、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節 ◆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)】

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	542	19.6	17.2	274
3歳未満児	目標量	470	15.3〜23.5	10.5〜15.7	220
	平均栄養量	469	16.6	15.1	261