

令和8年10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 木	牛乳 ハイハイ	ごはん そぼろごはん（豚） みそ汁	牛乳 さつまいも蒸しパン	◆牛乳、ハイハイ ◆精白米／豚ミンチ、たまねぎ、人参、三温糖、濃口しょうゆ、油、太もやし、ほうれん草、コーン缶（粒）／大根、えのきだけ、みそ、けずり節 ◆牛乳／さつまいも、小麦粉、ベーキングパウダー、白ざとう、水、油
2 金	牛乳 マンナ	コッペパン さくさく揚 煮びたし わかめスープ	牛乳 梨 新潟仕込み こだわりの塩味	◆牛乳、マンナ ◆コッペパン / キングフィレ、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩、油、水／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、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／梨／新潟仕込み こだわりの塩味
3 土	牛乳 お菓子	五目うどん 南瓜の煮つけ	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、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ／南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節 ◆牛乳／くだもの／お菓子
5 月	牛乳 ベビーせんべい	パンプキンパン ポトフ おかかあえ	牛乳 柿 ぱりんこ のりしお味	◆牛乳、ベビーせんべい ◆パンプキンパン／ホーワイン、じゃがいも、たまねぎ、大根、人参、コンソメ、濃口しょうゆ／ブロッコリー、花かつお、濃口しょうゆ ◆牛乳／柿／ぱりんこ のりしお味
6 火	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鯖のソース煮 お浸し みそ汁	牛乳 ショートビスケット	◆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、ウスターソース／小松菜、人参、濃口しょうゆ／南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、バター、白ざとう
7 水	牛乳 ハイハイ（野菜）	ソフトフランス 鶏肉のハーブ焼 甘酢あえ 豆腐のスープ	牛乳 ツナおにぎり	◆牛乳、ハイハイ（野菜） ◆ソフトフランス／鶏もも肉、濃口しょうゆ、みりん、バジル／キャベツ、人参、酢、三温糖、塩／豆腐、たまねぎ、しめじ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／精白米、ツナフレーク、薄口しょうゆ
8 木	牛乳 お子様せんべい	ごはん 秋野菜のみそ炒め ビーフン汁	牛乳 オレンジゼリー 亀田のうす焼サラダ	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米／豚肉、なす、たまねぎ、人参、こんにゃく、しめじ、ピーマン、みそ、三温糖、ごま油／ビーフン、たまねぎ、にら、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／ルヴァンクラシカル100%、寒天（粉末）、白ざとう、水／亀田のうす焼サラダ
9 金	牛乳 ハイハイ 	いもごはん 鶏のごま焼サクサク きゅうりとコーンのお浸し 清汁	牛乳 チーズケーキ	◆牛乳、ハイハイ ◆精白米、さつまいも、塩／鶏もも肉、塩・こしょう、ウスターソース、マヨドレ、パン粉、白いりごま、油／きゅうり、コーン缶（粒）、濃口しょうゆ／白玉ふ、たまねぎ、人参、みつば、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、バター、油、レモン
10 土	牛乳 お菓子	ごはん 豚丼 みそ汁	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子 ◆精白米／豚肉、たまねぎ、青梗菜、人参、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、油、片栗粉／さつまいも、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／くだもの／お菓子
13 火	牛乳 お子様せんべい	ごはん 鶏すき ごまあえ	牛乳 かいじゅう揚	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米／鶏肉、豆腐（焼き）、白菜、たまねぎ、人参、青ねぎ、糸こんにゃく、お豆腐、三温糖、濃口しょうゆ、油／ブロッコリー、白いりごま、濃口しょうゆ ◆牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、白ざとう、卵、牛乳、水、油
14 水	牛乳 ハイハイ（野菜）	ごはん カレーライス お浸し	牛乳 黒糖かん 野菜クラッカー	◆牛乳、ハイハイ（野菜） ◆精白米／豚肉、じゃがいも、たまねぎ、人参、ピーマン、カレールウ、油／きゅうり、濃口しょうゆ ◆牛乳／寒天（粉末）、黒ざとう、水、きな粉、白ざとう／野菜クラッカー
15 木	牛乳 ベビーせんべい	ロールパン 鶏肉のコーンスープ 白菜サラダ	牛乳 りんご ぼたぼた焼	◆牛乳、ベビーせんべい ◆ロールパン / 鶏肉、サラダマカロニ、たまねぎ、人参、生マッシュルーム、コーン缶（粒クリーム）、牛乳、油、コンソメ、塩・こしょう／白菜、レーズン、酢、白ざとう、油、塩 ◆牛乳／りんご／ぼたぼた焼
16 金	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん さわらの照焼 野菜ナムル みそ汁	牛乳 いちごジャムサンド	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米／さわら、三温糖、濃口しょうゆ、みりん／太もやし、小松菜、人参、塩、ごま油、濃口しょうゆ／さつまいも、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／食パン、いちごジャム

◇ 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8年10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 土	牛乳 お菓子	五目うどん 南瓜の煮つけ	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、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ/南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節 ◆牛乳/くだもの/お菓子
19 月	牛乳 ベビーせんべい	パンプキンパン ポトフ おかかあえ	牛乳 柿 ぱりんこ のりしお味	◆牛乳、ベビーせんべい ◆パンプキンパン/ポークウインナー、じゃがいも、たまねぎ、大根、人参、コソメ味噌、濃口しょうゆ/ブロッコリー、花かつお、濃口しょうゆ ◆牛乳/柿/ぱりんこ のりしお味
20 火	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鯖のソース煮 お浸し みそ汁	牛乳 ショートビスケット	◆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、ウスターソース/小松菜、人参、濃口しょうゆ/南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/小麦粉、バター、白ざとう
21 水	牛乳 ハイハイン (野菜)	ソフトフランス 鶏肉のハーブ焼 甘酢あえ 豆腐のスープ	牛乳 ツナおにぎり	◆牛乳、ハイハイン (野菜) ◆ソフトフランス/鶏もも肉、濃口しょうゆ、みりん、バジル/キャベツ、人参、酢、三温糖、塩/豆腐、たまねぎ、しめじ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/精白米、ツナフレーク、薄口しょうゆ
22 木	牛乳 お子様せんべい	ごはん 秋野菜のみそ炒め ビーフン汁	牛乳 オレンジゼリー 亀田のうす焼サラダ	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米/豚肉、なす、たまねぎ、人参、こんにゃく、しめじ、ピーマン、みそ、三温糖、ごま油/ビーフン、たまねぎ、にら、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/オレンジジュース100%、寒天 (粉末)、白ざとう、水/亀田のうす焼サラダ
23 金	牛乳 ハイハイン	ごはん 鮭の塩こうじ焼 切干大根のいり煮 みそ汁	牛乳 りんごジャムサンド	◆牛乳、ハイハイン ◆精白米/生さけ、塩こうじ/切干大根、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節、油/キャベツ、えのきだけ、みそ、けずり節 ◆牛乳/食パン、りんごジャム
24 土	牛乳 お菓子	ごはん 豚丼 みそ汁	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子 ◆精白米/豚肉、たまねぎ、青梗菜、人参、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、油、片栗粉/さつまいも、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/くだもの/お菓子
26 月	牛乳 ベビーせんべい	ロールパン 鶏肉のコーンスープ 白菜サラダ	牛乳 りんご ぼたぼた焼	◆牛乳、ベビーせんべい ◆ロールパン /鶏肉、サラダマカロニ、たまねぎ、人参、生マッシュルーム、コーン缶 (粒クリーム)、牛乳、油、コソメ味噌、塩・こしょう/白菜、レーズン、酢、白ざとう、油、塩 ◆牛乳/りんご/ぼたぼた焼
27 火	牛乳 ハイハイン (野菜)	ごはん カレーライス お浸し	牛乳 黒糖かん 野菜クラッカー	◆牛乳、ハイハイン (野菜) ◆精白米/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、人参、ピーマン、カレールウ、油/きゅうり、濃口しょうゆ ◆牛乳/寒天 (粉末)、黒ざとう、水、きな粉、白ざとう/野菜クラッカー
28 水	牛乳 お子様せんべい	ごはん 鶏すき ごまあえ	牛乳 かいじゅう湯	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米/鶏肉、豆腐 (焼き)、白菜、たまねぎ、人参、青ねぎ、糸こんにゃく、おつゆふ、三温糖、濃口しょうゆ、油/ブロッコリー、白いりごま、濃口しょうゆ ◆牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、白ざとう、卵、牛乳、水、油
29 木	牛乳 ハイハイン	ごはん そばろごはん (豚) みそ汁	牛乳 さつまいも蒸しパン	◆牛乳、ハイハイン ◆精白米/豚ミンチ、たまねぎ、人参、三温糖、濃口しょうゆ、油、太もやし、ほうれん草、コーン缶 (粒)/大根、えのきだけ、みそ、けずり節 ◆牛乳/さつまいも、小麦粉、ベーキングパウダー、白ざとう、水、油
30 金	牛乳 マンナ	コッペパン さくさく揚 煮びたし わかめスープ	牛乳 梨 新潟仕込み こだわりの塩味	◆牛乳、マンナ ◆コッペパン /キングフィレ、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩、油、水/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、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/梨/新潟仕込み こだわりの塩味
31 土	牛乳 お菓子	五目うどん 南瓜の煮つけ	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、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ/南瓜、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)】

10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	560	19.6	18.5	275
3歳未満児	目標量	470	15.3~23.5	10.5~15.7	220
	平均栄養量	487	16.8	16.2	261

