

令和8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
2 月	牛乳 ベビーせんべい	ソフトフランス 肉だんごのスープ 南瓜の煮つけ	牛乳 みそ焼おにぎり	◆牛乳、ベビーせんべい ◆ソフトフランス／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／南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節 ◆牛乳／精白米、みそ、三温糖、ぬるま湯、白いりごま、油
4 水	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん ハヤシライス はりはり漬	牛乳 りんご ぼたぼた焼	◆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／切干大根、きざみ昆布、酢、三温糖、濃口しょうゆ ◆牛乳／りんご／ぼたぼた焼
5 木	牛乳 お子様せんべい 	ロールパン マカロニグラタン風煮 ツナあえ	牛乳 焼きいも	◆牛乳、お子様せんべい ◆ロールパン / サラダマカロニ、鶏肉、たまねぎ、人参、しめじ、ケルビース、バター、小麦粉、牛乳、コンソメ、油、塩・こしょう／キャベツ、ツナフレーク、濃口しょうゆ ◆牛乳／さつまいも
6 金	牛乳 ハイハイン（野菜）	ごはん さわらの柚庵焼 煮びたし みそ汁	牛乳 黒蒸しパン	◆牛乳、ハイハイン（野菜） ◆精白米／さわら、ゆず、三温糖、濃口しょうゆ、みりん／白菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節／うす揚げ、たまねぎ、えのきだけ、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
7 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
9 月	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 豚肉と里芋のみそ煮 ビーフン汁	牛乳 みかん ポップコーン	◆牛乳、ベビーせんべい ◆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／みかん／ポップコーン用とうもろこし、塩、油
10 火	牛乳 ハイハイン	ごはん 鯖の生姜煮 いそべあえ みそ汁	牛乳 フレーククッキー	◆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／太もやし、ほうれん草、人参、きざみのり、濃口しょうゆ／南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、バター、白ごとう、卵、レーズン、コーンフレーク
11 水	牛乳 お子様せんべい 	ハイツパルナス スクエアハンバーグ ブロッコリーとコーンのお浸し レタスのスープ	牛乳 りんごケーキ	◆牛乳、お子様せんべい ◆ハイツパルナス／豚ミンチ、たまねぎ、人参、パン粉、卵、塩、油／ブロッコリー、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 木	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鮭の照焼 ひじきのいため煮 みそ汁	牛乳 ココアゼリー ぷくぷくプレートスナック	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米／生さけ、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、豆腐、みそ、けずり節 ◆牛乳／寒天（粉末）、水、白ごとう、純ココア、牛乳／ぷくぷく プレートスナック
13 金	牛乳 ハイハイン（野菜）	コッペパン 納豆のかき揚げ お浸し 清汁	牛乳 柿 ソフトサラダ	◆牛乳、ハイハイン（野菜） ◆コッペパン / 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、わかめ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／柿／ソフトサラダ
14 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
16 月	牛乳 ベビーせんべい	ソフトフランス 肉だんごのスープ 南瓜の煮つけ	牛乳 みそ焼おにぎり	◆牛乳、ベビーせんべい ◆ソフトフランス／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／南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節 ◆牛乳／精白米、みそ、三温糖、ぬるま湯、白いりごま、油

◇ 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	火	牛乳 ハイハイ	ごはん おでん風煮 ピーマンじゃこ	牛乳 ラスク	◆牛乳、ハイハイ ◆精白米／鶏肉、じゃがいも、大根、人参、ちくわ ※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／ピーマン、赤パプリカ、ちりめんじゃこ、ごま油、濃口しょうゆ、みりん ◆牛乳／食パン、バター、白ざとう
18	水	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん ハヤシライス はりはり漬	牛乳 りんご ぼたぼた焼	◆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／切干大根、きざみ昆布、酢、三温糖、濃口しょうゆ ◆牛乳／りんご／ぼたぼた焼
19	木	牛乳 お子様せんべい	ロールパン マカロニグラタン風煮 ツナあえ	牛乳 焼きいも	◆牛乳、お子様せんべい ◆ロールパン /サラダマカロニ、鶏肉、たまねぎ、人参、しめじ、グリルピーズ、バター、小麦粉、牛乳、コンソメ、油、塩・こしょう／キャベツ、ツナフレーク、濃口しょうゆ ◆牛乳／さつまいも
20	金	牛乳 ハイハイ (野菜)	ごはん さわらの柚庵焼 煮びたし みそ汁	牛乳 黒蒸しパン	◆牛乳、ハイハイ (野菜) ◆精白米／さわら、ゆず、三温糖、濃口しょうゆ、みりん／白菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節／うす揚げ、たまねぎ、えのきだけ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、黒ざとう、ぬるま湯、油
21	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
24	火	牛乳 ハイハイ 	ごはん 鯖の生姜煮 いそべあえ みそ汁	牛乳 きなこ豆乳ケーキ	◆牛乳、ハイハイ ◆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、きざみのり、濃口しょうゆ／南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、白ざとう、きな粉、油、豆乳
25	水	牛乳 ベビーせんべい	ごはん 豚肉と里芋のみそ煮 ビーフン汁	牛乳 みかん ポップコーン	◆牛乳、ベビーせんべい ◆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／みかん／ポップコーン用とうもろこし、塩、油
26	木	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鮭の照焼 ひじきのいため煮 みそ汁	牛乳 ココアゼリー ぷくぷくブレンドスナック	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米／生さけ、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、豆腐、みそ、けずり節 ◆牛乳／寒天 (粉末)、水、白ざとう、純ココア、牛乳／ぷくぷく ブレンドスナック
27	金	牛乳 ハイハイ (野菜)	コッペパン 納豆のかき揚げ お浸し 清汁	牛乳 柿 ソフトサラダ	◆牛乳、ハイハイ (野菜) ◆コッペパン /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、わかめ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／柿／ソフトサラダ
28	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
30	月	牛乳 ハイハイ	ごはん おでん風煮 ピーマンじゃこ	牛乳 ラスク	◆牛乳、ハイハイ ◆精白米／鶏肉、じゃがいも、大根、人参、ちくわ ※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／ピーマン、赤パプリカ、ちりめんじゃこ、ごま油、濃口しょうゆ、みりん ◆牛乳／食パン、バター、白ざとう



【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	561	19.4	17.4	282
3歳未満児	目標量	470	15.3~23.5	10.5~15.7	220
	平均栄養量	491	16.5	15.4	266