



令和8年7月 献立表



吹田市

3歳以上児/3歳未満児

日	曜	朝のおやつ	昼食	午後のおやつ	使用食品
1	水	牛乳 マンナ	ごはん いなかみそ汁 切干大根のいり煮	牛乳 すいか 味しらべ	◆牛乳、マンナ ◆精白米/豚肉、人参、たまねぎ、南瓜、なす、うす揚、みそ、赤みそ、煮干し/切干大根、人参、三温糖、濃口しょうゆ、煮干し、油 ◆牛乳/すいか/味しらべ
2	木	牛乳 ハイハイ	ごはん 鶏肉の照焼 ごまあえ みそ汁	牛乳 ゆでとうもろこし ぶくぶくブレンディスケット	◆牛乳、ハイハイ ◆精白米/鶏もも肉、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、油/小松菜、人参、白いりごま、濃口しょうゆ/さつまいも、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/とうもろこし/ぶくぶくブレンディスケット
3	金	牛乳 ベビーせんべい	食パン 鮭のハーブ焼 お浸し 豆腐のスープ	牛乳 オレンジ ソフトサラダ	◆牛乳、ベビーせんべい ◆食パン/生さけ、濃口しょうゆ、みりん、バジル/ブロッコリー、濃口しょうゆ/豆腐、たまねぎ、豆苗、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/オレンジ/ソフトサラダ
4	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
6	月	牛乳 ハイハイ (野菜)	ごはん 肉じゃが みそ汁	牛乳 すいか ぱりんこ	◆牛乳、ハイハイ (野菜) ◆精白米/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、人参、糸こんにゃく、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節、油/とうがんと、うす揚、青ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/すいか/ぱりんこ
7	火	牛乳 ベビーせんべい 	人参パン ミートローフ きゅうりとコーンのお浸し 七夕スープ	牛乳 グレーゼリー 星たべよ しお味	◆牛乳、ベビーせんべい ◆人参パン/豚ミンチ、たまねぎ、人参、チーズ (ピザ用)、パン粉、卵、塩、油/きゅうり、コーン缶 (粒)、濃口しょうゆ/ビーフン、人参、オクラ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/グレーゼリー100%、寒天 (粉末)、白ざとう、水/星たべよ しお味
8	水	牛乳 マンナ	ごはん 鯖の梅煮 三色あえ みそ汁	牛乳 枝豆の塩ゆで いもけんぴ	◆牛乳、マンナ ◆精白米/生さば、梅干し、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/南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/枝豆/いもけんぴ
9	木	牛乳 お子様せんべい	ロールパン 鶏肉のコーンスープ トマトサラダ	牛乳 ツナと人参のおにぎり	◆牛乳、お子様せんべい ◆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/トマト、きゅうり、酢、白ざとう、油、塩 ◆牛乳/精白米、ツナフレック、人参、薄口しょうゆ
10	金	牛乳 ハイハイ	ごはん ハヤシライス はりはり漬 <small>新潟仕込み こだわりの塩味</small>	牛乳 黒糖かん <small>新潟仕込み こだわりの塩味</small>	◆牛乳、ハイハイ ◆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/寒天 (粉末)、黒ざとう、水、きな粉、白ざとう/新潟仕込み こだわりの塩味
11	土	牛乳 お菓子	ごはん 中華丼 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、人参、青梗菜、太もやし、油、丸鶏がらスープ、塩・こしょう、薄口しょうゆ、片栗粉/さつまいも、たまねぎ、みそ、だし昆布 ◆牛乳/くだもの/お菓子
13	月	牛乳 お子様せんべい	ごはん 鶏すき お浸し	牛乳 いちごジャムサンド	◆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/きゅうり、濃口しょうゆ ◆牛乳/食パン、いちごジャム
14	火	牛乳 マンナ	ごはん いなかみそ汁 切干大根のいり煮	牛乳 すいか 味しらべ	◆牛乳、マンナ ◆精白米/豚肉、人参、たまねぎ、南瓜、なす、うす揚、みそ、赤みそ、煮干し/切干大根、人参、三温糖、濃口しょうゆ、煮干し、油 ◆牛乳/すいか/味しらべ
15	水	牛乳 ハイハイ (野菜) 	アップルパンス 鶏肉のパーベキューソース ツナあえ レタスのスープ	牛乳 レモンケーキ	◆牛乳、ハイハイ (野菜) ◆アップルパンス/鶏もも肉、塩・こしょう、ケチャップ、とんかつソース、三温糖/ブロッコリー、ツナフレック、濃口しょうゆ/レタス、たまねぎ、人参、セロリ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/小麦粉、パーベキューソース、卵、白ざとう、生クリーム、バター、油、レモン

◇ 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。



【デイキャンプ(5歳児入)のメニュー】

カレーライス 精白米・牛肉・じゃがいも・たまねぎ 人参・ピーマン・カレールウ・油
ドレッシングサラダ キャベツ・きゅうり・みかん缶 酢・白ざとう・油・塩
グレーゼリー グレープジュース100% 寒天(粉末)・白ざとう・水

令和8年7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
16	木	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん ビビンバ 清汁	牛乳 りんごゼリー おにぎりせんべい 銀しゃり	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米/豚肉、濃口しょうゆ、三温糖、土生姜、ごま油、太もやし、ほうれん草、人参、コーン缶(粒)、白ごとう/水菜、えのきだけ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/りんごジュース100%、寒天(粉末)、白ごとう、水/おにぎりせんべい 銀しゃり
17	金	牛乳 ベビーせんべい	ソフトフランス 魚のカレー揚 煮びたし 野菜スープ	牛乳 オレンジ ぼたぼた焼	◆牛乳、ベビーせんべい ◆ソフトフランス/キングフィレ、片栗粉、カレー粉、塩、油/白菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節/じゃがいも、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/オレンジ/ぼたぼた焼
18	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
21	火	牛乳 ハイハイン (野菜)	ごはん 肉じゃが みそ汁	牛乳 すいか ぱりんこ	◆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、糸こんにゃく、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節、油/とうがん、うす揚、青ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/すいか/ぱりんこ
22	水	牛乳 マンナ	ごはん 鯖の梅煮 三色あえ みそ汁	牛乳 枝豆の塩ゆで いもけんぴ	◆牛乳、マンナ ◆精白米/生さば、梅干し、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/南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/枝豆/いもけんぴ
23	木	牛乳 お子様せんべい	ロールパン 鶏肉のコンスープ トマトサラダ	牛乳 ツナと人参のおにぎり	◆牛乳、お子様せんべい ◆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、コンマキツ、塩・こしょう/トマト、きゅうり、酢、白ごとう、油、塩 ◆牛乳/精白米、ツナフレーク、人参、薄口しょうゆ
24	金	牛乳 ハイハイン	ごはん ハヤシライス はりはり漬	牛乳 黒糖かん 新潟仕込み こだわりの塩味	◆牛乳、ハイハイン ◆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/寒天(粉末)、黒ごとう、水、きな粉、白ごとう/新潟仕込み こだわりの塩味
25	土	牛乳 お菓子	ごはん 中華丼 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、人参、青梗菜、太もやし、油、丸鶏がらスープ、塩・こしょう、薄口しょうゆ、片栗粉/さつまいも、たまねぎ、みそ、だし昆布 ◆牛乳/くだもの/お菓子
27	月	牛乳 ハイハイン (野菜)	コッペパン 肉だんごのスープ 南瓜の煮つけ	牛乳 すいか 亀田のうす焼サラダ	◆牛乳、ハイハイン (野菜) ◆コッペパン /豚ミンチ、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/すいか/亀田のうす焼サラダ
28	火	牛乳 ハイハイン	ごはん 鶏肉の照焼 ごまあえ みそ汁	牛乳 ゆでとうもろこし ぶくぶくプレートカット	◆牛乳、ハイハイン ◆精白米/鶏もも肉、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、油/小松菜、人参、白いりごま、濃口しょうゆ/さつまいも、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/とうもろこし/ぶくぶく プレートカット
29	水	牛乳 ベビーせんべい	ソフトフランス 魚のカレー揚 煮びたし 野菜スープ	牛乳 オレンジ ぼたぼた焼	◆牛乳、ベビーせんべい ◆ソフトフランス/キングフィレ、片栗粉、カレー粉、塩、油/白菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節/じゃがいも、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/オレンジ/ぼたぼた焼
30	木	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん ビビンバ 清汁	牛乳 りんごゼリー おにぎりせんべい 銀しゃり	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米/豚肉、濃口しょうゆ、三温糖、土生姜、ごま油、太もやし、ほうれん草、人参、コーン缶(粒)、白ごとう/水菜、えのきだけ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/りんごジュース100%、寒天(粉末)、白ごとう、水/おにぎりせんべい 銀しゃり
31	金	牛乳 お子様せんべい	ごはん 鶏すき お浸し	牛乳 いちごジャムサンド	◆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/きゅうり、濃口しょうゆ ◆牛乳/食パン、いちごジャム



【園での一人当たりの栄養量(土曜を除く)】

7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	540	19.8	17.6	274
3歳未満児	目標量	470	15.3~23.5	10.5~15.7	220
	平均栄養量	473	16.9	15.6	262