

令和6年8月 高槻市立認定こども園給食献立表

(認定こども園)

	1(木)・20(火)	2(金)	3(土)	5・19(月)	6(火)・28(水)	7(水)・27(火)	8・22(木)	9(金)
10時	●牛乳● ■根昆布あられ 3個	●牛乳● ■マンナ● 2枚	●牛乳● ■おこさませんべい 1枚	●牛乳● ■たべっ子ベイベービスケット 4個	●牛乳● ■根昆布あられ 3個	●牛乳● ■ミレービスケット・ノンフライ 2枚	●牛乳● ■クラッカー (サンワールド) 1/2袋	●牛乳● ■マンナ● 2枚
昼	ロールパン 鶏肉のたつた揚げ 蒸し野菜の マヨドレ添え すまし汁	ごはん 煮魚 ちんげん菜の いため物 みそ汁	ごはん(しそふりかけ) ポークビーンズ みそ汁	ごはん 豚肉とゴーヤ のみそいため ベーグドポテト すまし汁	ごはん 鶏肉の バーベキューソース 煮びたし みそ汁	ごはん 中国風五目煮込み 野菜のスープ	ごはん(わかめ) とうがんのスープ ポテトのピザ風	梅ごはん 鮭のおろし焼 煮びたし みそ汁
3時	●牛乳● 1日 ▲ブルーベリーゼリー 20日 ▲梨 ■全粒粉クラッカー 3・2枚	●牛乳● 枝豆の蒸しパン	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■ミニひじきあられ 1・1袋	▲野菜ジュース (アップルサラダ) 150・100ml ちんすこう(黒糖)	●牛乳● コーンとハムのパンケーキ	●牛乳● シュガートースト	(3~5歳児)とうもろこし (0~2歳児)▲パイ缶詰低糖 4個 ■ソースせん 2・1袋	●牛乳● (3~5歳児)▲みかん(冷) 1個 (0~2歳児)▲みかんゼリー ■新潟仕込み(塩味) 1・1袋
昼と3時(手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■ロールパン●(40g) ■ロールパン●(50g) 「●鶏もも肉 60.00 「しょうゆ(濃) 2.50 「酒 1.20 ■かたくり粉 7.20 ■なたね揚げ油 6.00 「▲きゃべつ 40.00 「塩 少々 ■マヨドレ 4.00 ▲大根 20.00 ▲玉ねぎ 15.00 ●わかめ 0.50 「しょうゆ(淡) 5.00 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●カラスガレイ・冷60g 1・1切 ■砂糖 1.30 しょうゆ(濃) 2.60 水 17.00 ●牛肉 10.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 ▲ちんげん菜 40.00 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 0.75 「しょうゆ(濃) 1.50 ●ベーコン 5.00 ▲なす 20.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 6.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 20.00 塩 0.05 水 適量 ■キャノーラ油 1.00 ▲むき枝豆(冷) 10.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●大豆(缶)ドライ 10.00 ●豚肉 20.00 ■じゃが芋 35.00 ▲人参 15.00 ▲玉ねぎ 25.00 ■キャノーラ油 2.00 「水 40.00 「けずりぶし 1.20 「■砂糖 2.00 「しょうゆ(濃) 1.70 「トマトケチャップ 8.50 「ウスターソース 1.70 ■焼ふ 2.00 ▲小松菜 10.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 ■焼ふ 2.00 ▲ちんげん菜 5.00 しょうゆ(淡) 5.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■小麦粉 18.00 ■黒砂糖 6.50 ■キャノーラ油 7.80 塩 少々 水 2.50 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●鶏もも肉 60.00 塩 0.10 ▲にんにく 0.10 ▲土しょうが 0.10 しょうゆ(濃) 2.00 クッキングワイン(赤) 1.00 ■リンゴジャム 3.00 ■キャノーラ油 1.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 ■じゃが芋 30.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 20.00 水 15.00 ▲ホールコーン(冷) 10.00 ●ロースハム 6.00 ■キャノーラ油 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 「●牛肉 20.00 「酒 1.00 「しょうゆ(濃) 0.50 ▲なす 20.00 ▲カットトマト 10.00 ■じゃが芋 30.00 ▲玉ねぎ 30.00 ▲人参 10.00 ▲ちんげん菜 10.00 水 170.00 ブイヨン(無添加) 0.70 しょうゆ(淡) 3.10 酒 2.40 塩 少々 ▲土しょうが(汁) 0.20 ■ごま油 0.10 「■細切りポテト(冷) 40.00 「▲玉ねぎ 13.00 ▲ピーマン 4.00 ●ポークウィンナー 4.00 ■キャノーラ油 1.70 「トマトケチャップ 4.80 ●ピザ用チーズ● 7.00 — 手作りおやつ — ▲とうもろこし 1/3本 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 わかめふりかけ 0.50 ▲とうがん 30.00 ●豚肉 15.00 ●豆腐(冷) 20.00 ▲人参 10.00 ▲干しいたけ(スライス) 0.50 ▲ちんげん菜 10.00 水 170.00 ブイヨン(無添加) 0.70 しょうゆ(淡) 3.10 酒 2.40 塩 少々 ▲土しょうが(汁) 0.20 ■ごま油 0.10 「■細切りポテト(冷) 40.00 「▲玉ねぎ 13.00 ▲ピーマン 4.00 ●ポークウィンナー 4.00 ■キャノーラ油 1.70 「トマトケチャップ 4.80 ●ピザ用チーズ● 7.00 — 手作りおやつ — ▲とうもろこし 1/3本 「●生鮭(冷)角切 50.00 「酒 0.50 ▲人参 10.00 ■マヨドレ 7.00 しょうゆ(濃) 0.50 ホイールケース 1枚 ●焼豚 5.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.20 だし汁 12.00 ▲かぼちゃ 30.00 ●わかめ 0.50 ●みそ 6.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 		

(施設での一人当たりの栄養量)

	0~2歳児		3~5歳児	
	目標	平均	目標	平均
エネルギー Kcal	470	539	560	590
たんぱく質 g	15.1~23.3	18.9	18.2~28.0	20.2
脂質 g	10.3~15.5	16.8	12.4~18.7	17.1
カルシウム mg	220	287	260	250
鉄 mg	2.2	1.8	2.4	2.3
ビタミンA μgRAE	200	213	220	236
ビタミンB1 mg	0.25	0.27	0.31	0.32
ビタミンB2 mg	0.29	0.42	0.35	0.39
ビタミンC mg	20	25	22	31
食塩相当量 g	1.5未満	1.8	1.6未満	2.1
カリウム mg	—	796	606以上	862
食物繊維 g	—	3.0	3.5以上	3.7

10時は0~2歳児だけです。
 材料の分量は3~5歳児分、0~2歳児は3~5歳児の約80%です。
 材料の分量の単位は「g」です。

10時と3時の牛乳は、
 ・10時……0~2歳児100ml
 ・3時……3~5歳児170ml・0~2歳児100mlです。
 3時のヨーグルト・ゼリーは、3~5歳児・0~2歳児とも1個です。

昼の主食は
 ・パンの量……3~5歳児50g・0~2歳児40g
 (ただし麺類の時は量を減らしています)

【食品名の印について】
 食品名の左側についている印は、
 ■……熱や力となるもの
 ●……血や肉となるもの
 ▲……体の調子をととのえるもの です。

アレルギー表示のため、卵・乳を含む食品の
 右側に印をつけています。
 卵を含む食品……○
 乳を含む食品……●
 卵・乳を含む食品……◎

	10・24(土)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17・31(土)	21(水)	23(金)
10時	●牛乳● ■おこさませんべい 1枚	●牛乳● ■たべっ子ベイベー ビスケット 4個	●牛乳● ■ミレービスケット ・ノンフライ 2枚	●牛乳● ■クラッカー 1/2袋 (サンワールド)	●牛乳● ■マンナ● 2枚	●牛乳● ■おこさませんべい 1枚	●牛乳● ■ミレービスケット ・ノンフライ 2枚	●牛乳● ■マンナ● 2枚
昼	ハヤシライス 野菜いため	スパゲティ ミートソース風 じゃが芋のスープ	ごはん(かつおふりかけ) コーンチャウダー いそ煮	ごはん(しそふりかけ) 大豆のケチャップ いため煮 みそ汁	カレーライス 切干大根の煮物	ごはん(わかめ) 肉と野菜のスープ 肉じゃが	ごはん 五目いため みそ汁	ごはん 煮魚 ちんげん菜の いため物 みそ汁
3時	●牛乳● ▲パイン缶詰低糖 6・4個 ■ミニひじきあられ 1・1袋	●牛乳● ホットケーキ	●牛乳● ▲いよかん缶詰 3・2個 ■全粒粉クラッカー 3・2枚	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■新潟仕込み(塩味) 1・1袋	●牛乳● フルーツ盛り合わせ	●牛乳● ▲デコボン缶詰 2・2個 ■ミニひじきあられ 1・1袋	●牛乳● ジャムサンド	●牛乳● 枝豆の蒸しパン(小麦粉)
昼と3時 (手作りおやつの時) の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 ┌ 水 90.00 └ ●牛肉 20.00 └ ▲人参 20.00 └ ▲玉ねぎ 40.00 └ ■キャノーラ油 適量 └ ▲マッシュルーム缶 5.00 └ 水 120.00 └ ハヤシブレイク 15.00 └ 塩 少々 ▲きゃべつ 40.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲きゅうり 5.00 ▲ホールコーン(冷) 5.00 ■キャノーラ油 0.50 しょうゆ(濃) 1.00 オイスターソース 1.20 	<ul style="list-style-type: none"> ■スパゲティ 40.00 ┌ ●粒状大豆たんぱく 10.00 └ 熱湯 100.00 └ ▲玉ねぎ 37.00 └ ▲人参 30.00 └ ■キャノーラ油 3.00 └ ■上新粉 3.60 └ 水 36.00 └ けずりぶし 1.10 └ しょうゆ(濃) 3.60 └ トマトケチャップ 12.70 └ ウスターソース 6.70 └ ■砂糖 0.36 ■じゃが芋 30.00 ●わかめ 0.50 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ┌ ■ケーキックス粉 30.00 └ ■メープルシロップ 5.00 └ ■キャノーラ油 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 ┌ 水 90.00 └ かつおふりかけ 0.70 ●鮭 缶詰(水煮) 15.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 15.00 ■じゃが芋 40.00 ■キャノーラ油 1.00 水 120.00 ブイヨン(無添加) 1.50 ▲コーン缶・クリーム 30.00 塩 0.10 ■上新粉 2.00 ┌ 水 6.00 └ ●豆乳(無調整) 40.00 ●ひじき 4.00 ▲人参 6.00 ▲干しいたけ(スライス) 1.00 ■キャノーラ油 1.20 ■砂糖 2.00 しょうゆ(濃) 1.70 ┌ 水 22.00 └ けずりぶし 0.70 ▲小松菜 10.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 ┌ 水 90.00 └ ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●大豆(缶)ドライ 10.00 ┌ ●シーチキン缶 20.00 └ ■じゃが芋 40.00 └ ▲人参 20.00 └ ▲玉ねぎ 30.00 └ ■キャノーラ油 2.00 └ 水 40.00 └ けずりぶし 1.20 └ ■砂糖 1.60 └ しょうゆ(濃) 1.36 └ トマトケチャップ 6.80 └ ウスターソース 1.36 ■焼ふ 2.00 ●わかめ 0.50 ●みそ 6.50 ┌ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 	<ul style="list-style-type: none"> ┌ ■米 60.00 └ 水 90.00 └ ●豚肉 20.00 └ ▲人参 15.00 └ ▲玉ねぎ 30.00 └ ■じゃが芋 35.00 └ ■キャノーラ油 0.50 └ 水 150.00 └ カレールウ 18.00 └ 塩 少々 ▲切干大根 7.00 ▲人参 5.00 ▲干しいたけ(スライス) 0.50 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 1.80 しょうゆ(濃) 1.30 しょうゆ(淡) 1.00 ┌ 水 40.00 └ けずりぶし 1.20 — 手作りおやつ — ▲パイン缶詰低糖 3・2個 ▲デコボン缶詰 2・1個 ▲りんご缶詰 1・1個 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 ┌ 水 90.00 └ わかめふりかけ 0.50 ●鶏もも肉 20.00 ■はるさめ 3.00 ▲人参 15.00 ▲玉ねぎ 10.00 ▲小松菜 10.00 しょうゆ(淡) 6.00 ┌ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 ●牛肉 10.00 ■じゃが芋 65.00 ▲玉ねぎ 10.00 ■砂糖 2.80 しょうゆ(濃) 1.80 しょうゆ(淡) 1.60 だし汁 24.00 ●ベーコン 5.00 ▲じゃが芋 30.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 6.50 ┌ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■丸ロール● 1・1個 ■いちごジャム 10.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 ┌ 水 90.00 └ ●カラスガレイ・冷60g 1・1切 ■砂糖 1.30 しょうゆ(濃) 2.60 ┌ 水 17.00 └ ●牛肉 10.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 ▲ちんげん菜 40.00 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 0.75 └ しょうゆ(濃) 1.50 ●ベーコン 5.00 ▲なす 20.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 6.50 ┌ 水 180.00 └ けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■小麦粉 15.00 └ ベーキングパウダー 1.20 ■砂糖 5.40 塩 0.07 ┌ 水 適量 └ ■キャノーラ油 3.00 ▲むき枝豆(冷) 10.00 	
<p>★献立の材料は、天候などにより、やむを得ず変更することがありますので、ご了承ください。</p> <p>★離乳の完了(12~18か月頃)は、0~2歳児食を必要に応じて「細かく切る、煮る」などを行っています。また、果物については一部変更する場合があります。</p>			<p>3時に使用している果物の量は 「3~5歳児・0~2歳児」 梨 1/4個・1/6個</p> <p>*ヨーグルトの時など、組み合わせにより、量が異なることもあります。</p> <p>3時使用の菓子は、3~5歳児量・0~2歳児量の順です。</p>					

(認定こども園)

	26(月)	29(木)	30(金)
10時	●牛乳● ■たべっ子ベイビー ビスケット 4個	●牛乳● ■クラッカー 1/2袋 (サンワールド)	●牛乳● ■マンナ● 2枚
昼	スパゲティ ミートソース風 救給コーンポタージュ	ごはん カレースープ 切干大根の煮物	梅ごはん 鮭のおろし焼 煮びたし みそ汁
3時	●牛乳● ホットケーキ	茶 ●ファイバーヨーグルト● フルーツ盛り合わせ ■ソースせん 2・1袋	●牛乳● (3~5歳児)▲みかん(冷) 1個 (0~2歳児)▲みかんゼリー ■新潟仕込み(塩味) 1・1袋
昼と3時 (手作りおやつ の材料と量)	<ul style="list-style-type: none"> ■スパゲティ 40.00 ●粒状大豆たんぱく 10.00 〔熱湯 100.00 ▲玉ねぎ 37.00 ▲人参 30.00 ▲ピーマン 3.00 ■キャノーラ油 3.00 ■上新粉 3.60 〔水 36.00 〔けずりぶし 1.10 〔しょうゆ(濃) 3.60 〔トマトケチャップ 12.70 〔ウスターソース 6.70 〔■砂糖 0.36 救給コーンポタージュ 1・1袋 — 手作りおやつ — 〔■ケーキミックス粉 30.00 〔■メープルシロップ 5.00 〔■キャノーラ油 1.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 15.00 ●ベーコン 5.00 ▲かぼちゃ 30.00 ▲なす 20.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 ▲セロリー 2.00 ■キャノーラ油 2.00 水 180.00 ブイヨン(無添加) 0.50 カレーフレーク 8.00 トマトケチャップ 3.00 しょうゆ(濃) 1.00 塩 少々 ▲切干大根 7.00 ▲人参 5.00 ●鶏もも肉 5.00 ▲干しいたけ(スライス) 0.50 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 1.80 しょうゆ(濃) 1.30 しょうゆ(淡) 1.00 〔水 40.00 〔けずりぶし 1.20 ▲小松菜 10.00 — 手作りおやつ — ▲梨 1/6・1/8個 20.00 (幼)▲マンゴー(冷) 20.00 (乳)▲みかん缶詰 16.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ▲梅干し 3.00 〔●生鮭(冷)角切 50.00 〔酒 0.50 ▲人参 10.00 ■マヨドレ 7.00 しょうゆ(濃) 0.50 ホイルケース 1枚 ●焼豚 5.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲ちんげん菜 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.20 だし汁 12.00 ●豆腐(冷) 30.00 ●わかめ 0.50 ●みそ 6.50 〔水 180.00 〔けずりぶし 5.50