令和6年9月 高槻市立認定こども園給食献立表

(認定こども園)

	2(月) 3(火)・18(木)			4(水)・17(火)		5(木)		6(金)・19(木)	7•21(土)		9(月)•24(火)		10(火)・25(水)		
	●牛乳●		●牛乳●		●牛乳●		●牛乳●		●牛乳●	●牛乳●		●牛乳●		●牛乳●	
10時	■ ひじきあられ	5g	■マリー●	1枚	■ぱりんこ	1枚	■ 星っこ	2個	■ミニアスパラガス	■ミニ野菜スティ		■ ひじきあられ	5g	■マリー●	1枚
	<u> </u>		<u> </u>		(しお味)	14.415	ラフナ セプ紅		ビスケット 3個		4g	→ : ⊥ /		一一 一	4,14,
	ごはん		ごはん まなるい。 また	=	ごはん(かつおふり	(דוימנ	マヨたきご飯		イエローロール	ごはん		ごはん		ごはん(しそふり)	ן (דוימ
	カレ一焼うどん		まぐろのソースあ	え	ベトナム風汁麺		五目いため		ハムと野菜のカレー煮		(4)	ちゃんぽん		魚の天ぷら	
昼	すまし汁		蒸し野菜の		人参と豚肉の		みそ汁		野菜のスープ	煮びたし		焼き野菜		煮びたし	
			マヨドレ添え		さっぱり煮				ゼリー	みそ汁				みそ汁	
	●井町●		みそ汁●牛乳●		● 牛乳●		▲上前▲		▲上班●	●牛乳●		▲ 华丽 ▲		●件型●	
	●牛乳●		● 午乳● (3~5歳児) ▲みかん()	♠) 1個	●午孔●		●牛乳●		●牛乳●	● 千孔● ▲ パイン缶詰低料	■ 6•4個	● 牛乳●		●牛乳●	
3時	人参ケーキ (0~2歳児) ▲みかんセ・リ ー			[(3~5歳児)みたらし団子		ヨーグルト蒸しパン		ライスお好み焼		■まあるいクラッカーミニ		■ お米deかぼちゃ		りんごのパンケーキ	
			(0~2歳児)みたらしマカロニ					5•3枚		マフィン 1・1個					
	■ 米 水	40. 00 60. 00	■ 米 水	60. 00 90. 00	■ 米 水	60. 00 90. 00	■ 米 水	55. 00 77. 80	■イエローロール●	■ 米 水	60. 00 90. 00	■ 米 水	40. 00 60. 00	■ 米 水	60. 00 90. 00
	/10				かつおふりかけ	0. 70	酒 しょうゆ(濃)	1. 50 2. 70	●ロースハム 25.00					ゆかり(国産赤しそ)	
	■干しうどん	30.00	「「●まぐろ(冷)角切	50.00			塩	0.10	▲なす 35.00	「●豚肉	40.00	■ 中華めん(乾)	30.00		
	● 牛肉▲ 玉ねぎ	20. 00 20. 00	しょうゆ(濃) 「酒	0. 50 2. 00	● 鶏もも肉▲ 玉ねぎ	20. 00 35. 00	■ マヨドレ ● シーチキン缶	2. 00 6. 00	▲ カットトマト 20.00 ▲ 玉ねぎ 25.00	▲ 土しょうが(汁) 	0. 30 2. 00	г ● 豚肉 └ ■ キャノーラ油	15. 00 1. 00	_「 ● カラスガレイ・冷50g └ 塩	1・1切 0.15
	▲ 人参	15.00	┌ ■ かたくり粉	8.00	▲ 人参	10.00	▲ mixベジタブル	20. 00	▲ セロリー 2.00	■砂糖	1.50	▲きゃべつ	20.00	「■小麦粉	7. 00
	▲ たけのこ(水煮) ▲ きゅうり	5. 00 5. 00	└ ■ 上新粉 └ ■ なたね揚げ油	3. 50 5. 00	■ キャノーラ油 水	0. 30 150. 00			■ じゃが芋 30.00	■キャノーラ油	2. 00 0. 40	▲ 人参 ▲ ねぎ	10. 00 1. 00	■なたね揚げ油	適量 5.00
	■ キャノーラ油 「 」 カレー粉	1. 50 0. 25	「■砂糖 トマトケチャップ	0. 50 4. 00	ブイヨン(無添加) ▲ たけのこ(水煮)	0. 40 3. 00	● 鶏もも肉 ▲ 人参	30. 00 12. 00	カレー粉 0.20 r 水 15.00			本みりん しょうゆ(濃)	2. 00 3. 50		
	└ 熱湯	2.00	ウスターソース	2.60	しょうゆ(淡)	4.00	▲きゃべつ	28.00	└ けずりぶし 0.4 5	▲ちんげん菜	40.00	しょうゆ(淡)	3.00	▲はくさい	50.00
昼	しょうゆ(濃) └ 本みりん	4. 00 2. 00	水	30.00	■フォー ▲ ちんげん菜	15. 00 5. 00	▲ 玉ねぎ ■ はるさめ	8. 00 3. 00	「■砂糖 1.00 トマトケチャップ 1.40		10. 00 0. 20	_Γ 水 だし昆布	180. 00 0. 30	▲ 人参 ■ 砂糖	10. 00 0. 24
上上			「▲きゃべつ	30.00	塩	少々	■ キャノーラ油 _「 ■ 砂糖	0. 80 0. 24	ウスターソース 1.40 しょうゆ(濃) 0.40		1. 50 12. 00	└ けずりぶし ┌■かたくり粉	5. 50 2. 00	しょうゆ(濃) だし汁	1. 80 15. 00
3	▲ちんげん菜	10.00	▲ 人参	10.00			「■ 砂幅 しょうゆ(濃)	3. 60	「■ 上新粉 1.00) [12.00	上 水	4. 00	12011	15.00
時	● わかめ しょうゆ(淡)	0. 50 5. 00	■さつま芋 	20.00 少々	「 ● 豚肉 └ ■ キャノーラ油	20. 00 1. 00			上 水 3.00	■ 焼ふ	2. 00			● 豆腐(冷)	30. 00
<u></u>	┌水	180.00	■マヨドレ	5. 00	▲ 人参	10.00	■さつま芋	30.00	→ IS:th 10.00	▲かぼちゃ	30.00	●ポークウインナー	10.00	▲ 玉ねぎ	10. 00
手 作	L けずりぶし	5. 50			▲ 切干大根 ┌ 米酢	3. 50 1. 00	▲ えのきたけ ▲ みつば	10. 00 1. 00	● 豚肉10.00▲ はくさい15.00	●みそ	0. 50 6. 50	■ フライドポテト冷 ▲ 玉ねぎ	25. 00 15. 00	▲ みつば ● みそ	1. 00 5. 00
9	— 手作りおやつ —		● ベーコン▲ 大根	3. 00 20. 00	■ 砂糖 └ しょうゆ(濃)	1. 00 2. 00		7. 50 180. 00	▲ 干しいたけ(スライス)しょうゆ(淡)2.20		180. 00 5. 50	▲ 黄パプリカ ■ キャノーラ油	5. 00 0. 30	● 赤だしみそ Γ 水	2. 00 180. 00
お	「■ 小麦粉	22. 00	▲ ねぎ	1.00	┌水	20.00	し けずりぶし	5. 50	水 180.00		5. 50	塩塩	0. 20	」 けずりぶし	5. 50
\$	└ ベーキングパウダー ▲ 人参	0. 70 16. 00	● みそ - 水	7. 00 180. 00	└ けずりぶし	0. 60			ブイヨン(無添加) 0.80						
7	卵○■ バター●	16. 00 8. 00	し けずりぶし	5. 50	— 手作りおやつ —		一 手作りおやつ 一「■ ケーキミックス粉		▲ やさいゼリー 1・1個					手作りおやつ ーケーキミックス粉	
時	■砂糖	6.00			(3~5歳児)		●飲むヨーグルト●	20.00	■ (C((E)) 1 - 1]	4				▲りんご	20. 00
)	ホイルケース	1枚			● 充てん豆腐■ 白玉粉	25. 00 25. 00	└ ● プレーンヨーグルト● ホイルケース) 5.00 1枚	│ │ 一 手作りおやつ 一					■ メープルシロップ 水	3.00 適量
\mathcal{O}					「「■砂糖	5.00			「「■米 20.00					■キャノーラ油	1. 00
材					本みりん しょうゆ(濃)	1. 20 2. 00			■ 長芋 10.00)					
料	(佐乳べの しりなりの労業員)				6. 00 0. 50										
上量	(施設での一人当たりの栄養量) 0~2歳児 3~5歳児			上 水	1.00			しょうゆ(濃) 1.00)						
土	目標 平均 目標 平均 (0~2歳児 エネルギー Kcal 470 548 560 604 たんぱく質 g 15.1~23.3 19.8 18.2~28.0 21.5 脂質 g 10.3~15.5 16.6 12.4~18.7 16.9 カルシウム mg 220 305 260 278 針 mg 22 21 24 26 人 水			(0~2歳児)				■ キャノーラ油1.00				1			
				■ マカロニ(クルル) ■ 砂糖	8. 00 4. 00				【食品名の印になる。 食品名の左側になる		En <i>i</i> t			J	
				本みりん 1.00		■熱や力となるも 0									
				しょうゆ(濃) L 水	しょうゆ(濃)		●····血や肉となるもの ▲····体の調スをレレの								
				」 「■ かたくり粉 0.40 →		★献立の材料は、天候などによ			▲・・・・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						
				水	│ することがあります │	ることがありますので、ご了承ください。		1・乳を含む食品の							
				 ★離乳の完了(12~18か月頃)			か月頃)	煮る」などをしています。 乳を含む食品●							
					必要に応じて「細かく切る、										
	カリリム mg 食物繊維 g			3.6			また、果物について	は一部変	更する場合もあります。	卵・乳を含むな	食品・・・・・◎)			

(認定こども園)

						(認定こ	ども園)	
	11(水)・26(木)	12(木)	13•27(金)	14・28(土)	20(金)	30(月)		
10時	● 牛乳● ■ ぱりんこ 1枚 (しお味)	● 牛乳 ● ■ 星っこ 2個	● 牛乳● ■ ミニアスパラガス ビスケット 3個	◆ 牛乳●■ ミニ野菜スティック4g	● 牛乳● ■ 星っこ 2個	● 牛乳● ■ ひじきあられ	5g	
昼	ごはん タンドリー風チキン ブロッコリーの煮びたし ポトフ	ごはん ごま味スープ ひじきのいため煮 ヨーグルト	ごはん さばの梅干し煮 含め煮 みそ汁	ごはん(わかめ) かぼちゃと肉の いため煮 みそ汁	ごはん ジャージャン豆腐 汁ビーフン	ごはん カレー焼うどん すまし汁		
	●牛乳●	●牛乳●	●牛乳●	●牛乳●	●牛乳●	●牛乳●		
3時	いちごジャムの 蒸しまんじゅう	ベークドポテト	▲ 梨 ■ ミニのりすけ 1·1袋	▲ みかん缶詰 40·32g ■ まあるいクラッカーミニ 5·3個	ヨーグルト蒸しパン	ベークドポテト		
	■ 米 60.00 水 90.00	■米 60.00 水 90.00	■米 60.00 水 90.00	■米 60.00 水 90.00 わかめふりかけ 0.50	■ 米 60.00 水 90.00	■ 米 水	40. 00 60. 00	
	●鶏もも肉 60.00	「●豚肉 20.00 しょうゆ(濃) 1.00 酒 1.00 単キャノーラ油 1.00 ▲人参 15.00 ▲大根 20.00 水 180.00	● さば・冷・70g 1/2・1/2切 ■ 砂糖 1.00 しょうゆ(濃) 1.40 本みりん 1.70 水 14.00 ▲ 梅干し 1.00	▲かぼちゃ 70.00 ● 牛肉 20.00 ▲ 人参 10.00 ▲ 玉ねぎ 20.00 ■ キャノーラ油 1.00 ■ 砂糖 2.50	●豚肉 20.0 ●ミニ絹厚揚げ(冷) 20.0 ▲きゃべつ 40.0 ▲小松菜 20.0 ▲人参 15.0 ▲生しいたけ 5.0 ▲生しょうが 0.3 ■キャノーラ油 1.0 「■砂糖 0.7 しょうゆ(濃) 2.7 ー ひみそ 2.7 酒 0.8	■ 干しうどん● 牛肉▲ 玉ねぎ▲ 人参▲ たけのこ(水煮)▲ きゅうり■ キャノーラ油	30. 00 20. 00 20. 00 15. 00 5. 00 5. 00 1. 50	
昼と3	▲ ブロッコリー 25.00 本みりん 0.40 しょうゆ(淡) 1.20 水 15.00 けずりぶし 0.50	「 けずりぶし 5.50 5.50 6 5.50 6 5.50 6 5.50 6 5.50 6 5.50 6 6 5.50 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6	■じゃが芋 50.00 ▲ 人参 15.00 ▲ グリンピース(冷) 2.00 ■ 砂糖 1.80 しょうゆ(濃) 1.10 しょうゆ(淡) 0.70	しょうゆ(濃) 2.50 しょうゆ(淡) 2.00 だし汁 30.00 ■焼ふ 2.00 ▲小松菜 10.00		「	0. 25 2. 00 4. 00 2. 00	
時(手作	 ●ベーコン 5.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲きゃべつ 20.00 しょうゆ(淡) 1.50 水 160.00 ブイヨン(無添加) 0.70 	▲ ほうれん草 5.00 ● ひじき 2.50 ● 大豆(缶)ドライ 5.00 糸こんにゃく 5.00	「 水 40.00 だし昆布 0.20 けずりぶし 1.50 ●豚肉 10.00	● みそ 7.50 水 180.00 上 けずりぶし 5.50	■ビーフン 7.00 ●ほたて貝柱缶 3.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 ▲みつば 1.00	● わかめ しょうゆ(淡) 「水」 けずりぶし	0. 50 5. 00 180. 00 5. 50	
りおやつの	手作りおやつ ー「 小麦粉 10.00 10	▲ れんこん 5.00 1 キャノーラ油 0.90 1 砂糖 2.40 1 2.50 だし汁 25.00	▲なす 20.00 ▲ちんげん菜 5.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 「だし昆布 少々」 しけずりぶし 5.50		しょうゆ(淡) 5.30 「水 180.00 」けずりぶし 5.50 - 手作りおやつ -		50.00 少々	
時)の材料	■砂糖 3.00 ■いちごジャム 10.00 水 10.00 ホイルケース 1枚	● ファイバーヨーグルト● 1・1個 - 手作りおやつ - ■ 細切りポテト(冷) 50.00			「■ケーキミックス粉 30.00 ●飲むヨーグルト● 20.00 □●ブレーンヨーグルト● 5.00 ホイルケース 1枚			
を量		■ 編切りが 下(ਜ) 30.00 塩 少々	材料の分量	 ~2歳児だけです。 	┃ は3∼5歳児の約80%です。			
	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	A 1, 11) = 1-16	· 1 0 版 · 3 版	1 0 時と 3 時の牛乳は、 ・1 0 時・・・0 ~ 2 歳児 1 0 0 ml ・ 3 時・・・3 ~ 5 歳児 1 7 0 ml・0 ~ 2 歳児 1 0 0 ml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。				
	*ヨーグルトの時など、組み 量が異なることもあります。 3時使用の菓子は、3~5歳		昼の主食に・パンの					



おすすめ野菜レシピは **市ホームページ**をチェック

高槻市 給食レシピ