

令和7年5月 高槻市立認定こども園給食献立表

(桜台・高槻認定こども園)

	1・22(木)	2(金)	7(水)・19(月)	8(木)	9(金)	10・31(土)	12・26(月)	13(火)・23(金)																																																																					
10時	●牛乳● ■たべっ子ベイビー ・おやさい 3個	●牛乳● ■おこさませんべい 1枚	●牛乳● ■ひじきあられ 5g	●牛乳● ■ミニどうぶつビスケット 2個	●牛乳● ■ルヴァン全粒粉 クラッカー 1枚	●牛乳● ■おこさませんべい 1枚	●牛乳● ■ひじきあられ 5g	●牛乳● ■さくふわせんべい 1袋																																																																					
昼	ごはん トマトカレースープ 牛肉とごぼうの煮物	ごはん(しそふりかけ) 鮭の和風スパゲティ ポトフ	キーマカレー スープ	ごはん(かつおふりかけ) 鶏肉のマーマレード煮 煮びたし (3~5歳児) ゆでスナックえんどう みそ汁	ごはん(わかめ) 魚の天ぷら 煮びたし みそ汁	ごはん(しそふりかけ) 焼きそば じゃが芋のスープ	ごはん(かつおふりかけ) かやくうどん 大根のそぼろ煮	ごはん 肉の甘みそいため 粉ふき芋 すまし汁																																																																					
3時	●牛乳● コーンマヨトースト	●牛乳● ▲デコボン缶詰 2・2個 ■ミレービスケット 2・1袋	●牛乳● りんごのソフトクッキー	●牛乳● じゃが揚げもち	●牛乳● ▲メロン ■ぱりんこ(のりしお味) 1・1袋	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■ミレービスケット 2・1袋	●牛乳● 豆腐のパンケーキ	●牛乳● ちんすこう(プレーン)																																																																					
昼と3時(手作りおやつ)の材料と量	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●豚肉 20.00 ▲玉ねぎ 40.00 ▲人参 20.00 ■キャノーラ油 1.00 ▲カットトマト 30.00 水 180.00 ▲おろしりんご 7.00 カレーブレーク 12.00 ●牛肉 10.00 ▲新ごぼう 25.00 糸こんにゃく 10.00 水 60.00 酒 5.00 ■砂糖 1.10 しょうゆ(濃) 3.00 ▲ちんげん菜 5.00 — 手作りおやつ — ■食パン●(8枚切) 1/2枚 ■耳なし食パン●(8枚切) 1/2枚 ▲ホールコーン(冷) 10.00 ■マヨドレ 8.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 50.00 水 75.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.40 ■スパゲティ 25.00 ●鮭(水煮) 14.00 酒 0.50 ▲玉ねぎ 15.00 ▲人参 5.00 ▲小松菜 5.00 ▲干しいたけ(スライス) 0.50 ■キャノーラ油 2.00 ●みそ 3.00 ■砂糖 0.60 しょうゆ(濃) 1.00 本みりん 1.00 ●鶏もも肉 10.00 ●ベーコン 5.00 ▲きゃべつ 10.00 ■じゃが芋 20.00 しょうゆ(淡) 1.50 水 160.00 ブイオン(無添加) 0.70 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 25.00 ■ショートニング 5.00 ■リンゴジャム 5.00 ▲アップルジュース 4.00 ■キャノーラ油 適量 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛挽肉 15.00 ●豚挽肉 15.00 ▲玉ねぎ 40.00 ▲人参 15.00 ■キャノーラ油 1.20 カレー粉 0.30 ブイオン(無添加) 0.50 水 15.00 ▲カットトマト 15.00 塩 0.40 ウスターソース 4.00 トンカツソース 1.50 ■砂糖 0.25 ■上新粉 1.20 水 5.00 ●シーチキン 5.00 ▲ちんげん菜 5.00 ▲切干大根 2.00 しょうゆ(淡) 1.50 水 160.00 ブイオン(無添加) 0.70 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 25.00 ■ショートニング 5.00 ■リンゴジャム 5.00 ▲アップルジュース 4.00 ■キャノーラ油 適量 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.70 ●鶏もも肉 60.00 しょうゆ(濃) 2.50 ■マーマレード 3.60 水 15.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲小松菜 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 (3~5歳児) ▲スナックえんどう 20.00 塩 少々 ▲玉ねぎ 15.00 ●わかめ 0.30 ●みそ 6.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■じゃが芋 25.00 ■白玉だんご粉 15.00 ■砂糖 5.00 水 9.00 ■なたね揚げ油 4.50 塩 少々 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 わかめふりかけ 0.50 ■カラスガレイ・冷50g 1・1切 塩 0.15 ■小麦粉 7.00 水 適量 ■なたね揚げ油 5.00 ●焼豚 5.00 ▲はくさい 50.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 1.40 だし汁 15.00 ●豆腐(冷) 30.00 ▲大根 15.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 7.50 水 180.00 けずりぶし 5.50 ■じゃが芋 30.00 ●わかめ 0.30 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 25.00 ●豆腐(冷) 15.00 水 適量 ■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 50.00 水 75.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.40 ■中華めん(乾) 25.00 ●豚肉 20.00 ▲きゃべつ 20.00 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 10.00 ▲ほうれん草 5.00 ■キャノーラ油 2.00 ウスターソース 5.00 トマトケチャップ 2.00 しょうゆ(濃) 1.00 塩 少々 ■じゃが芋 30.00 ●わかめ 0.30 しょうゆ(淡) 5.00 水 180.00 けずりぶし 5.50 ▲大根 60.00 ●豚挽肉 10.00 ■キャノーラ油 0.20 ■砂糖 1.50 しょうゆ(淡) 1.70 しょうゆ(濃) 1.20 水 50.00 だし昆布 少々 けずりぶし 1.50 ■かたくり粉 1.00 水 2.00 — 手作りおやつ — ■小麦粉 18.00 ■砂糖 7.80 ■キャノーラ油 7.80 塩 少々 水 2.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 25.00 ●みそ 2.00 酒 1.40 ▲玉ねぎ 3.00 ■砂糖 0.60 しょうゆ(濃) 0.60 ▲玉ねぎ 15.00 ▲人参 10.00 ▲ピーマン 3.00 ■キャノーラ油 2.00 ■じゃが芋 60.00 水 適量 塩 少々 ■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 ■砂糖 7.80 ■キャノーラ油 7.80 塩 少々 水 2.00 																																																																						
<p>(施設での一人当たりの栄養量)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="2">0~2歳児</th> <th colspan="2">3~5歳児</th> </tr> <tr> <th>目標</th> <th>平均</th> <th>目標</th> <th>平均</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>エネルギー Kcal</td> <td>470</td> <td>531</td> <td>560</td> <td>596</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質 g</td> <td>15.1~23.3</td> <td>19.6</td> <td>18.2~28.0</td> <td>21.2</td> </tr> <tr> <td>脂質 g</td> <td>10.3~15.5</td> <td>16.4</td> <td>12.4~18.7</td> <td>16.8</td> </tr> <tr> <td>カルシウム mg</td> <td>220</td> <td>303</td> <td>260</td> <td>279</td> </tr> <tr> <td>鉄 mg</td> <td>2.2</td> <td>1.5</td> <td>2.4</td> <td>2.1</td> </tr> <tr> <td>ビタミンA μgRAE</td> <td>200</td> <td>169</td> <td>220</td> <td>179</td> </tr> <tr> <td>ビタミンB1 mg</td> <td>0.25</td> <td>0.28</td> <td>0.31</td> <td>0.33</td> </tr> <tr> <td>ビタミンB2 mg</td> <td>0.29</td> <td>0.42</td> <td>0.35</td> <td>0.40</td> </tr> <tr> <td>ビタミンC mg</td> <td>20</td> <td>18</td> <td>22</td> <td>22</td> </tr> <tr> <td>食塩相当量 g</td> <td>1.5未満</td> <td>1.7</td> <td>1.6未満</td> <td>2.0</td> </tr> <tr> <td>カリウム mg</td> <td>—</td> <td>771</td> <td>606以上</td> <td>824</td> </tr> <tr> <td>食物繊維 g</td> <td>—</td> <td>2.5</td> <td>3.5以上</td> <td>3.2</td> </tr> </tbody> </table>										0~2歳児		3~5歳児		目標	平均	目標	平均	エネルギー Kcal	470	531	560	596	たんぱく質 g	15.1~23.3	19.6	18.2~28.0	21.2	脂質 g	10.3~15.5	16.4	12.4~18.7	16.8	カルシウム mg	220	303	260	279	鉄 mg	2.2	1.5	2.4	2.1	ビタミンA μgRAE	200	169	220	179	ビタミンB1 mg	0.25	0.28	0.31	0.33	ビタミンB2 mg	0.29	0.42	0.35	0.40	ビタミンC mg	20	18	22	22	食塩相当量 g	1.5未満	1.7	1.6未満	2.0	カリウム mg	—	771	606以上	824	食物繊維 g	—	2.5	3.5以上	3.2
	0~2歳児		3~5歳児																																																																										
	目標	平均	目標	平均																																																																									
エネルギー Kcal	470	531	560	596																																																																									
たんぱく質 g	15.1~23.3	19.6	18.2~28.0	21.2																																																																									
脂質 g	10.3~15.5	16.4	12.4~18.7	16.8																																																																									
カルシウム mg	220	303	260	279																																																																									
鉄 mg	2.2	1.5	2.4	2.1																																																																									
ビタミンA μgRAE	200	169	220	179																																																																									
ビタミンB1 mg	0.25	0.28	0.31	0.33																																																																									
ビタミンB2 mg	0.29	0.42	0.35	0.40																																																																									
ビタミンC mg	20	18	22	22																																																																									
食塩相当量 g	1.5未満	1.7	1.6未満	2.0																																																																									
カリウム mg	—	771	606以上	824																																																																									
食物繊維 g	—	2.5	3.5以上	3.2																																																																									
<p>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。</p> <p>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。</p> <p>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)</p>																																																																													
<p>【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。</p> <p>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……◎</p>																																																																													

	14(水)・27(火)	15(木)・28(水)	16・30(金)	20(火)	21(水)	29(木)	24(土)	17(土)
10時	●牛乳● ■ミニどうぶつビスケット 2個	●牛乳● ■たべっ子ベイビー ・おやさい 3個	●牛乳● ■ルヴァン全粒粉 クラッカー 1枚	●牛乳● ■ミニどうぶつビスケット 2個	●牛乳● ■ルヴァン全粒粉 クラッカー 1枚	●牛乳● ■さくふわせんべい 1袋	●牛乳● ■おこさませんべい 1枚	●牛乳● ■おこさませんべい 1枚
昼	ごはん ポークビーンズ みそ汁	ごはん 肉だんご入りみそ汁 ひじきとコーンの いため煮	ごはん(わかめ) 白身魚の梅焼 煮びたし すまし汁	豆ごはん 鶏肉のマーマレード煮 煮びたし みそ汁	ごはん(わかめ) 魚の天ぷら 煮びたし みそ汁	ごはん タンドリー風チキン 煮びたし みそ汁	ごはん タンドリー風チキン 煮びたし みそ汁	ごはん(しそふりかけ) 鮭の和風スパゲティ ポトフ
3時	●牛乳● ウインナードーナツ	●牛乳● ▲メロン ■ぱりんこ(のりしお味) 1・1袋	●牛乳● よもぎ蒸しパン	●牛乳● じゃが揚げもち	●牛乳● ■お米deレモンマフィン 1・1個	●牛乳● コーンとハムの パンケーキ	【一時預かり・分室のみ】 ●牛乳● ▲デコポン缶詰 2・2個 ■ミレービスケット 2・1袋	●牛乳● ▲デコポン缶詰 2・2個 ■ミレービスケット 2・1袋
昼と3時 (手作りおやつ の材料と量)	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 ●大豆・ドライ 10.00 「●豚肉 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 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 ▲小松菜 15.00 ▲えのきたけ 10.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — ●ポークウインナー 10.00 ■ケーキックス粉 20.00 水 適量 ■なたね揚げ油 3.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 「●豚挽肉 30.00 「水 1.00 「しょうゆ(濃) 1.00 「■かたくり粉 2.00 「■さつま芋 30.00 ▲大根 20.00 ▲人参 10.00 ▲ねぎ 1.00 ●みそ 7.00 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 ●ベーコン 7.00 ●ひじき 2.50 ▲ホールコーン(冷) 7.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 1.00 しょうゆ(濃) 1.20 だし汁 5.00 ▲ちんげん菜 5.00 — 手作りおやつ — 「■小麦粉 20.00 「ベーキングパウダー 1.60 「よもぎ粉 0.35 ■砂糖 7.20 塩 0.10 「水 20.00 「■キャノーラ油 4.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 わかめふりかけ 0.50 ▲カラスガレイ・冷50g 1・1切 「●みそ 0.80 「▲梅肉 1.00 「本みりん 0.80 「酒 1.00 「■砂糖 0.50 ■キャノーラ油 適量 ▲はくさい 30.00 ▲小松菜 20.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.50 ■焼ふ 2.00 ▲玉ねぎ 15.00 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 20.00 「ベーキングパウダー 1.60 「よもぎ粉 0.35 ■砂糖 7.20 塩 0.10 「水 20.00 「■キャノーラ油 4.00 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 55.00 水 82.50 塩 0.50 ▲グリーンピース(生) 10.00 ●鶏もも肉 60.00 しょうゆ(濃) 2.50 ■マーマレード 3.60 水 15.00 ▲きゃべつ 40.00 ▲小松菜 10.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.00 ▲玉ねぎ 15.00 ●わかめ 0.30 ●みそ 6.50 ▲ねぎ 180.00 「けずりぶし 5.50 — 手作りおやつ — 「■じゃが芋 25.00 「■白玉だんご粉 15.00 「■砂糖 5.00 「水 9.00 ■なたね揚げ油 4.50 塩 少々 	<ul style="list-style-type: none"> ■米 60.00 水 90.00 わかめふりかけ 0.50 「●カラスガレイ・冷50g 50.00 「塩 0.15 「■小麦粉 7.00 「水 適量 ■なたね揚げ油 5.00 ●焼豚 5.00 ▲はくさい 50.00 ▲人参 10.00 ■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 1.40 だし汁 15.00 ●豆腐(冷) 30.00 ▲大根 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 ●鶏もも肉 60.00 カレー粉 0.30 「塩 0.10 「●豆乳ヨーグルトプレーン 12.00 「トマトケチャップ 3.00 ▲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 ▲大根 15.00 ■じゃが芋 20.00 ▲みつば 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 ●鶏もも肉 60.00 カレー粉 0.30 「塩 0.10 「●豆乳ヨーグルトプレーン 12.00 「トマトケチャップ 3.00 ▲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 ▲大根 15.00 ■じゃが芋 20.00 ▲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 50.00 水 75.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.40 ■スパゲティ 25.00 「●鮭(水煮) 14.00 「酒 0.50 ▲玉ねぎ 15.00 ▲人参 5.00 ▲小松菜 5.00 ▲干しいたけ(スライス) 0.50 ■キャノーラ油 2.00 「●みそ 3.00 「■砂糖 0.60 「しょうゆ(濃) 1.00 「本みりん 1.00 ●鶏もも肉 10.00 ●ベーコン 5.00 ▲きゃべつ 10.00 ■じゃが芋 20.00 しょうゆ(淡) 1.50 水 160.00 ブイヨン(無添加) 0.70

3時に使用している果物の量は
「3～5歳児・0～2歳児」
メロン 40g・30g

*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。

3時使用の菓子は、3～5歳児量・0～2歳児 量の順です。

★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。

★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」などをしています。
また、果物については一部変更する場合があります。