

# 令和8年6月 高槻市立認定こども園給食献立表

(認定こども園)

	1・15(月)	2(火)・17(水)	3(水)・16(火)	4(木)・19(金)	5(金)	6・13(土)	【試食会実施施設】6(土)	8・22(月)
10時	●牛乳◆ ■野菜スティック 1本	●牛乳◆ ■ぱりんこ(しお味) 1枚	●牛乳◆ ■ルヴァン・プライム 1枚	●牛乳◆ ■さくふわせんべい 1袋	●牛乳◆ ■畑のクラッカー 5g	●牛乳◆ ■赤ちゃんせんべい 1袋	●牛乳◆ ■赤ちゃんせんべい 1袋	●牛乳◆ ■野菜スティック 1本
昼	ロールパン 野菜ラーメン ひじきとコーンの いため煮	ごはん ヤンニョムチキン 蒸し野菜の マヨドレ添え スープ	ごはん さばのみそ煮 煮びたし すまし汁	ごはん 豆腐チャンプル みそ汁	なまりぶしごはん 肉と野菜のスープ 煮びたし	ごはん(しそふりかけ) ポークビーンズ スープ	ごはん カレースープ 切干大根と 青菜の煮物	ごはん(わかめ) ちゃんぽん ジャーマンポテト風
3時	●牛乳◆ 大豆ミートドリア	●牛乳◆ ▲マスカットゼリー ■星っこ 1・1袋	●牛乳◆ コーンとハムの パンケーキ	●牛乳◆ ココアラスク	●牛乳◆ ちんすこう(抹茶)	●牛乳◆ ▲りんご缶詰 2・1個 ■小粒揚げ 2・1袋	●牛乳◆ ▲りんご缶詰 2・1個 ■小粒揚げ 2・1袋	●牛乳◆ 焼ふのラスク
昼と3時 (手作りおやつ の材料と量)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ロールパン◆</li> <li>■中華めん(乾) 25.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>▲きゃべつ 15.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>▲もやし 10.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>▲ねぎ 1.00</li> <li>■砂糖 0.80</li> <li>しょうゆ(濃) 3.00</li> <li>しょうゆ(淡) 3.00</li> <li>水 170.00</li> <li>けずりぶし 5.20</li> <li>●ベーコン 7.00</li> <li>●ひじき 2.50</li> <li>▲ホールコーン(冷) 7.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>■砂糖 1.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.20</li> <li>だし汁 5.00</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■米 16.00</li> <li>水 24.00</li> <li>●粒状大豆たんぱく 3.60</li> <li>熱湯 36.00</li> <li>▲玉ねぎ 15.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>■上新粉 1.00</li> <li>トマトケチャップ 3.20</li> <li>ウスターソース 1.80</li> <li>しょうゆ(濃) 0.90</li> <li>■砂糖 0.10</li> <li>水 8.00</li> <li>▲グリーンピース(冷) 2.00</li> <li>■チーズ風植物シュレッド 5.00</li> <li>ホイルクース 1枚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●鶏もも肉 60.00</li> <li>塩 0.10</li> <li>酒 1.00</li> <li>■かたくり粉 6.00</li> <li>■なたね揚げ油 6.00</li> <li>トマトケチャップ 5.00</li> <li>しょうゆ(濃) 2.50</li> <li>▲にんにく 0.20</li> <li>■はちみつ 0.50</li> <li>●みそ 0.10</li> <li>▲きゃべつ 20.00</li> <li>■じゃが芋 20.00</li> <li>塩 少々</li> <li>■マヨドレ 4.00</li> <li>▲大根 20.00</li> <li>▲ちんげん菜 5.00</li> <li>▲えのきたけ 5.00</li> <li>しょうゆ(淡) 2.20</li> <li>水 180.00</li> <li>ブイヨン(無添加) 0.80</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●さば・冷・70g 1/2・1/2切</li> <li>▲土しよが 0.50</li> <li>●みそ 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 0.70</li> <li>■砂糖 1.80</li> <li>本みりん 1.80</li> <li>酒 1.50</li> <li>水 15.00</li> <li>▲はくさい 50.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>■砂糖 0.24</li> <li>しょうゆ(濃) 1.80</li> <li>だし汁 15.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>●わかめ 0.50</li> <li>しょうゆ(淡) 5.00</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■ケーキミックス粉 20.00</li> <li>水 15.00</li> <li>▲ホールコーン(冷) 10.00</li> <li>●ロースハム 6.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●豆腐(冷) 50.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲にら 5.00</li> <li>▲玉ねぎ 20.00</li> <li>▲ちんげん菜 15.00</li> <li>■キャノーラ油 0.40</li> <li>塩 0.18</li> <li>本みりん 0.40</li> <li>しょうゆ(濃) 1.50</li> <li>■焼ふ 2.00</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>●みそ 7.50</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>(幼) ■食パン(8枚切)◆ 1/2枚</li> <li>(乳) ■耳なし食パン(8枚切)◆ 1/2枚</li> <li>純ココア 1.30</li> <li>●スキムミルク◆ 1.30</li> <li>湯 3.20</li> <li>■バター◆ 2.00</li> <li>■砂糖 3.00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>●なまりぶし 10.00</li> <li>▲土しよが 0.50</li> <li>酒 0.66</li> <li>本みりん 0.66</li> <li>しょうゆ(濃) 0.66</li> <li>■砂糖 0.15</li> <li>水 6.60</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>■はるさめ 3.00</li> <li>▲人参 15.00</li> <li>▲とうがん 20.00</li> <li>▲ねぎ 1.00</li> <li>しょうゆ(淡) 6.00</li> <li>水 180.00</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>●ベーコン 10.00</li> <li>▲はくさい 50.00</li> <li>▲小松菜 10.00</li> <li>■砂糖 0.24</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>だし汁 15.00</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■小麦粉 18.00</li> <li>■砂糖 7.80</li> <li>■キャノーラ油 7.80</li> <li>塩 少々</li> <li>抹茶 0.30</li> <li>水 2.00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 60.00</li> <li>水 90.00</li> <li>ゆかり(国産赤しそ) 0.50</li> <li>●大豆・ドライ 10.00</li> <li>●豚肉 20.00</li> <li>■じゃが芋 40.00</li> <li>▲人参 20.00</li> <li>▲玉ねぎ 30.00</li> <li>■キャノーラ油 2.00</li> <li>水 180.00</li> <li>ブイヨン(無添加) 0.50</li> <li>カレールー 8.00</li> <li>トマトケチャップ 3.00</li> <li>しょうゆ(濃) 1.00</li> <li>塩 少々</li> <li>▲切干大根 3.00</li> <li>●焼豚 3.00</li> <li>▲人参 5.00</li> <li>本みりん 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 0.30</li> <li>水 20.00</li> <li>けずりぶし 0.60</li> <li>▲ちんげん菜 50.00</li> <li>■砂糖 0.50</li> <li>しょうゆ(濃) 2.00</li> <li>水 3.00</li> <li>けずりぶし 0.10</li> <li>▲大根 30.00</li> <li>▲ほうれん草 10.00</li> <li>しょうゆ(淡) 1.70</li> <li>水 180.00</li> <li>ブイヨン(無添加) 0.80</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米 50.00</li> <li>水 75.00</li> <li>わかめふりかけ 0.40</li> <li>■干しうどん 25.00</li> <li>●豚肉 15.00</li> <li>■キャノーラ油 1.00</li> <li>▲はくさい 20.00</li> <li>▲人参 10.00</li> <li>▲たけのこ(水煮) 5.00</li> <li>▲ねぎ 1.00</li> <li>本みりん 2.00</li> <li>しょうゆ(濃) 3.50</li> <li>しょうゆ(淡) 3.00</li> <li>水 180.00</li> <li>だし昆布 0.30</li> <li>けずりぶし 5.50</li> <li>■かたくり粉 2.00</li> <li>水 4.00</li> <li>■フライドポテト冷 40.00</li> <li>▲玉ねぎ 10.00</li> <li>■キャノーラ油 0.30</li> <li>●ポークウインナー 6.50</li> <li>塩 0.20</li> <li>— 手作りおやつ —</li> <li>■焼ふ 5.00</li> <li>■バター◆ 5.00</li> <li>■黒砂糖 3.50</li> </ul>	

【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・・・◆

10時は0～2歳児だけです。  
材料の分量は3～5歳児分で、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  
(ただし種類の時は量を減らしています)

(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	523	560	582
たんぱく質 g	15.3～23.5	20.7	18.2～28.0	22.6
脂質 g	10.4～15.7	18.1	12.5～18.7	18.6
カルシウム mg	220	294	260	265
鉄 mg	1.9	2.2	2.2	2.9
ビタミンA μgRAE	195	187	220	209
ビタミンB1 mg	0.19	0.29	0.22	0.34
ビタミンB2 mg	0.29	0.43	0.35	0.41
ビタミンC mg	17	20	17	33
食塩相当量 g	1.5未満	1.9	1.6未満	2.2
カリウム mg	—	820	693以上	884
食物繊維 g	—	3.9	3.5以上	5.0

	9(火)・24(水)	10(水)・25(木)	11(木)・29(月)	12(金)	18(木)・26(金)	20・27(土)	23(火)	30(火)
10時	●牛乳◆ ■ぱりんこ(しお味) 1枚	●牛乳◆ ■ルヴァン・プライム 1枚 (10日) ■さくふわせんべい 1袋 (25日)	●牛乳◆ ■さくふわせんべい 1袋	●牛乳◆ ■畑のクラッカー 5g	●牛乳◆ ■畑のクラッカー 5g	●牛乳◆ ■赤ちゃんせんべい 1袋	●牛乳◆ ■ルヴァン・プライム 1枚	●牛乳◆ ■ルヴァン・プライム 1枚
昼	ごはん(しそふりかけ) 白身魚の磯辺揚げ 煮びたし みそ汁	ごはん(かつおふりかけ) 筑前煮 みそ汁	ごはん 肉と野菜のいため煮 すまし汁	鮭の炊き込みごはん 肉と野菜のスープ 煮びたし	カレーライス 切干大根の甘酢 (3~5歳児) ゼリー	すき焼井 みそ汁	イエローロール ミネストローネ きゃべつとツナの ソテー	ごはん(わかめ) ミネストローネ きゃべつとツナの ソテー
3時	●牛乳◆ ▲メロン ■星っこ 1・1袋	●牛乳◆ ■米粉のカップケーキ メープル 1・1個 (10日) ■焼きそば (25日)	●牛乳◆ ■黒糖蒸しパン	●牛乳◆ ■ちんすこう(抹茶)	▲野菜ジュース (白ぶどう&ほうれん草) 125ml 1・1本 フルーツ盛り合わせ ■水族館のなかまたち 1・1袋	●牛乳◆ ▲デコボン缶詰 2・2個 ■小粒揚げ 2・1袋	●牛乳◆ ■レモンドーナツ	●牛乳◆ ▲すいか ■水族館のなかまたち 1・1袋
昼と3時 (手作りおやつ の材料と量)	■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50  「 ●カラスガレイ・冷50g 1・1切 塩 0.15 ■小麦粉 9.00 水 適量 ●青粉 0.15 ■なたね揚げ油 5.00  ▲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  ●豚肉 10.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲ねぎ 2.00 ●みそ 7.50 水 180.00 「 けずりぶし 5.50	■米 60.00 水 90.00 かつおふりかけ 0.70  ●鶏もも肉 20.00 ●ミニ絹厚揚げ(冷) 15.00 ▲大根 30.00 ▲人参 20.00 ▲新ごぼう 10.00 ■キャノーラ油 1.50 ■砂糖 2.40 しょうゆ(濃) 1.60 しょうゆ(淡) 2.40 本みりん 0.24 水 50.00 「 けずりぶし 1.60 ▲グリーンピース(冷) 2.00  ■さつま芋 40.00 ▲小松菜 10.00 ●みそ 7.50 水 180.00 「 けずりぶし 5.50  — 25日の手作りおやつ — ■中華めん(乾) 15.00 ●ポークウインナー 10.00 ▲きゃべつ 10.00 ▲玉ねぎ 5.00 ■キャノーラ油 1.00 ウスターソース 2.00 トマトケチャップ 0.80 しょうゆ(濃) 0.40 塩 少々	■米 60.00 水 90.00  ●牛肉 25.00 ●焼竹輪(冷) 5.00 ▲玉ねぎ 15.00 ▲人参 10.00 ▲きゃべつ 30.00 ▲土しよが 0.10 ■砂糖 0.80 本みりん 0.80 しょうゆ(濃) 2.40 ■キャノーラ油 0.50  ▲切干大根 2.00 ●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 — 「 ■小麦粉 20.00 ベーキングパウダー 1.60 ■黒砂糖 8.00 水 20.00 ■キャノーラ油 4.00	■米 55.00 水 75.00 「 けずりぶし 2.30 酒 3.00 しょうゆ(淡) 2.50 塩 0.40 「 ●生鮭(冷)角切 15.00 酒 0.50 しょうゆ(淡) 0.10 ▲人参 10.00 ▲えのきたけ 10.00  ●豚肉 20.00 ■はるさめ 3.00 ▲人参 15.00 ▲とうがん 20.00 ▲ねぎ 1.00 しょうゆ(淡) 6.00 水 180.00 「 けずりぶし 5.50  ●ベーコン 10.00 ▲はくさい 50.00 ▲小松菜 10.00 ■砂糖 0.24 しょうゆ(濃) 1.00 だし汁 15.00  — 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 抹茶 0.30 水 2.00	「 ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 20.00 ▲人参 20.00 ▲玉ねぎ 35.00 ■じゃが芋 40.00 ■キャノーラ油 0.50 水 150.00 カレールー 18.00 塩 少々  ●ローズハム 5.00 ▲切干大根 4.00 ▲もやし 20.00 ▲人参 10.00 ▲ちんげん菜 5.00 ■キャノーラ油 0.20 ■砂糖 1.00 しょうゆ(濃) 2.50 米酢 1.00  (3~5歳児) ▲やさいゼリー 1個  — 手作りおやつ — ▲すいか 48・36 ▲甘夏みかん缶詰 20・20 ▲パイン缶詰低糖 3・2個	「 ■米 60.00 水 90.00 ●牛肉 30.00 糸こんにゃく 10.00 ▲はくさい 30.00 ▲小松菜 5.00 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲長ねぎ 3.00 ■キャノーラ油 1.50 ■砂糖 3.60 しょうゆ(濃) 5.40  ■さつま芋 40.00 ●わかめ 0.50 ●みそ 5.20 水 150.00 「 けずりぶし 4.60  ▲きゃべつ 50.00 ▲人参 10.00 ●シーチキン 5.00 ▲ホールコーン(冷) 10.00 ■マヨドレ 2.00 「 しょうゆ(濃) 1.50  — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 30.00 ■砂糖 2.00 ▲レモン(国産) 5.00 レモン(皮) 少々 水 10.00 ■なたね揚げ油 4.00	■イエローロール◆  ●ベーコン 15.00 ▲玉ねぎ 30.00 ■じゃが芋 30.00 ▲人参 10.00 ■キャノーラ油 0.30 ■マカロニ 3.00 ■砂糖 0.50 ▲カットマト 15.00 トマトケチャップ 7.00 しょうゆ(濃) 2.30 ブイヨン(無添加) 0.60 水 150.00 塩 少々  ▲きゃべつ 50.00 ▲人参 10.00 ●シーチキン 5.00 ▲ホールコーン(冷) 10.00 ■マヨドレ 2.00 「 しょうゆ(濃) 1.50  — 手作りおやつ — ■ケーキミックス粉 30.00 ■砂糖 2.00 ▲レモン(国産) 5.00 レモン(皮) 少々 水 10.00 ■なたね揚げ油 4.00	■米 60.00 水 90.00 わかめふりかけ 0.50  ●ベーコン 15.00 ▲玉ねぎ 30.00 ■じゃが芋 30.00 ▲人参 10.00 ■キャノーラ油 0.30 ■マカロニ 3.00 ▲カットマト 15.00 トマトケチャップ 7.00 しょうゆ(濃) 2.30 ブイヨン(無添加) 0.60 水 150.00 塩 少々  ▲きゃべつ 50.00 ▲人参 10.00 ●シーチキン 5.00 ▲ホールコーン(冷) 10.00 ■マヨドレ 2.00 「 しょうゆ(濃) 1.50

★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。

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 50g・40g  
すいか 60g・48g

\*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。