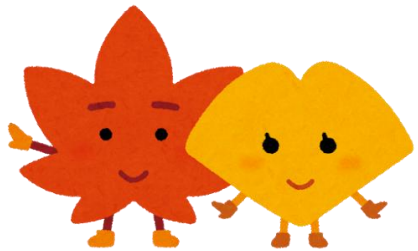
今月の給食目標　感謝の気持ちをもって食べましょう

2026年11月 給食だより(12～18か月頃)・1歳

堺市立こども園

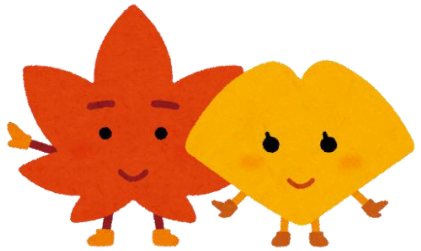
月	火	水	木	金	土
2 軟飯　豚肉と野菜の煮物 小松菜とツナの煮物　みそ汁 ○精白米 ○豚肉　玉葱　にんじん ○小松菜　玉葱　ツナ缶（水煮） ○白菜　干しわかめ　ねぎ　昆布　削り節 アップルトースト	～お知らせ～ 間食には牛乳が付きます。 おにぎりの日は、お茶になります。	4 軟飯　鶏肉の中華炒め煮 さつま芋の煮物　すまし汁 ○精白米 ○鶏肉　玉葱　チンゲン菜 ○さつま芋　にんじん ○切麸　大根　ねぎ　昆布　削り節	5 秋のきのこハヤシライス 茹で野菜サラダ　ヨーグルト ○精白米　豚肉　玉葱　じゃがいも にんじん　しめじ　エリンギ　セロリー チーズ　小麦粉　りんご　トマト ケチャップ　鶏がら ○キャベツ　きゅうり　にんじん マヨドレ ○ヨーグルト スノーボール	6 軟飯　鶏肉と玉葱のみそ煮 さつま芋きんぴら　すまし汁 ○精白米 ○鶏肉　玉葱 ○さつま芋　にんじん　ピーマン　白ごま ○豆腐　にんじん　みつば　昆布　削り節 クレープ(ジャム)	7 煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物 ○うどん　鶏肉　玉葱　にんじん　ねぎ 昆布　削り節 ○豚肉　キャベツ　もやし　にんじん
9 軟飯と味付のり 豚肉とにらの炒め煮 キャベツのじゃこ煮 そうめん入りみそ汁 ○精白米　味付のり ○豚肉　玉葱　にら ○キャベツ　にんじん　ちりめんじゃこ ○そうめん　生しいたけ　にんじん　ねぎ 昆布　削り節 ヨーグルトケーキ	10 軟飯　鶏肉と玉葱の煮物 春雨の甘酢煮　里芋のみそ汁 ○精白米 ○鶏肉　玉葱 ○はるさめ　きゅうり　にんじん ○里芋　えのき茸　ねぎ　昆布　削り節 りんご蒸しパン	11 煮込みうどん 小松菜の土佐煮　フルーツ ○うどん　鶏肉　干ししいたけ 玉葱 にんじん　ねぎ　昆布　削り節 ○小松菜　白菜　にんじん　花かつお ○みかん 焼きおにぎり	12 いもごはん　煮魚 切干大根煮　みそ汁 ○精白米　さつま芋　黒ごま ○白身魚 ○切干し大根　にんじん　うすあげ 三度豆 ○玉葱　干しわかめ　ねぎ　昆布　削り節 ミルクもち	13 軟飯 鶏肉と玉葱のケチャップ煮 チンゲン菜の煮物　すまし汁 ○精白米 ○鶏肉　玉葱　ケチャップ ○チンゲン菜　玉葱　にんじん ○ゆば　しめじ　ねぎ　昆布　削り節 ちんすこう	14 中華丼　ほうれん草の洋風煮 スープ ○精白米　豚肉　白菜　玉葱　にんじん たけのこ（水煮）　片栗粉 ○ほうれん草　玉葱 ○豆腐　もやし　ねぎ　鶏がら
16 麦ごはんと味付のり 豚肉と玉葱の炒め煮 高野豆腐の含め煮　みそ汁 ○精白米　麦　味付のり ○豚肉　玉葱 ○高野豆腐　玉葱　にんじん　みつば ○白菜　にんじん　ねぎ　昆布　削り節 スイートポテト	17 軟飯　鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の煮物　みそ汁 ○精白米 ○鶏肉（もも皮なし）　大根　にんじん ちくわ ○じゃがいも　にんじん ○もやし　えのき茸　ねぎ　昆布　削り節 ミルクケーキ	18 軟飯　煮魚　ひじきサラダ すまし汁 ○精白米 ○白身魚 ○ひじき　小松菜　にんじん　マヨドレ ○切麸　生しいたけ　ねぎ　昆布　削り節 人参おにぎり	19 軟飯　鶏肉と玉葱の煮物 堺産水菜と厚揚げの煮物 秋のもりもり汁　食育の日 ○精白米 ○鶏肉　玉葱 ○水菜（堺産）　白菜　にんじん　厚揚げ ○里芋　さつま芋　しめじ　ねぎ　昆布 削り節 パンケーキ	20 キーマハヤシライス チンゲン菜の洋風煮 ヨーグルト ○精白米　豚肉赤身ミンチ　玉葱 にんじん　ピーマン　トマト　りんご 鶏がら　ケチャップ　小麦粉 ○チンゲン菜　玉葱　にんじん ○ヨーグルト ロッククッキー	21 きのこの和風スパゲティ すまし汁 ○スパゲティ　ツナ缶（水煮）　玉葱 にんじん　エリンギ　しめじ　小松菜 糸のり ○豆腐　大根　ねぎ　昆布　削り節
	24 牛すき丼　チンゲン菜の煮物 みそ汁 ○精白米　牛肉　白菜　玉葱　にんじん 白ねぎ　切麸 ○チンゲン菜　にんじん ○じゃがいも　干しわかめ　ねぎ　昆布 削り節	25 軟飯 豚肉と玉葱のケチャップ煮 マカロニの煮物　すまし汁 ○精白米 ○豚肉　玉葱　ケチャップ ○マカロニ　玉葱　にんじん　ピーマン ○大根　しめじ　青菜　昆布　削り節 さつま芋入りかき揚げ	26 もみじごはん 鶏肉と玉葱の煮物 ほうれん草の煮浸し　みそ汁 ○精白米　鮭 ○鶏肉　玉葱 ○ほうれん草　キャベツ　にんじん ○切麸　玉葱　ねぎ　昆布　削り節 ココアミルク蒸しパン	27 軟飯　白身魚のみそ煮 小松菜のごま風味煮 けんちん汁 ○精白米 ○白身魚 ○小松菜　白菜　にんじん　白ごま ○豆腐　里芋　にんじん　ねぎ　昆布 削り節 サックリチーズスティック	28 わかめうどん じゃが芋の煮物 ○うどん　鶏肉　干しわかめ　玉葱 にんじん　ねぎ　昆布　削り節 ○じゃがいも　玉葱　にんじん
30 軟飯　豚肉と大根の煮物 高野豆腐の磯煮 さつま芋のみそ汁 ○精白米 ○豚肉　大根 ○ひじき　高野豆腐　玉葱　にんじん 三度豆 ○さつま芋　えのき茸　ねぎ　昆布 削り節 ふのラスク（かりんとう風）	☆給食・間食は行事などの都合により、献立日が変更になる場合があります。 公立こども園のこどもたちにアンケートを行い、人気のあったメニューを「リクエストメニュー」として実施します。 11月のリクエストメニューは・・・ クレープ（ジャム）（6日間食）				



今月の給食目標　感謝の気持ちをもって食べましょう

2026年11月 給食だより(9～11か月頃)

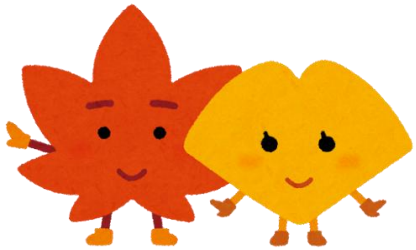
堺市立こども園

月	火	水	木	金	土
2 かゆ又は軟飯 豚肉と野菜の煮物 小松菜とツナの煮物　みそ汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状　玉葱　にんじん ○小松菜　玉葱　ツナ缶（水煮） ○白菜　干しわかめ　ねぎ りんご煮		4 かゆ又は軟飯 鶏肉と野菜の煮物 さつま芋の煮物　すまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱　チンゲン菜 ○さつま芋　にんじん ○切麩　大根　ねぎ	5 かゆ又は軟飯 トマトシチュー　野菜の煮物 ヨーグルト ○精白米 ○豚肉ミンチ状　玉葱　じゃがいも にんじん　しめじ　セロリー　チーズ 小麦粉　りんご　トマト　ケチャップ ○キャベツ　きゅうり　にんじん ○ヨーグルト 人参煮	6 かゆ又は軟飯 鶏肉と玉葱のみそ煮 さつま芋の煮物　すまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○さつま芋　にんじん　ピーマン ○豆腐　にんじん　みつば りんご煮	7 煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物 ○うどん　鶏肉ミンチ状　玉葱　にんじん ねぎ ○豚肉ミンチ状　キャベツ　もやし にんじん
9 かゆ又は軟飯 豚肉と玉葱の煮物 キャベツのじゃこ煮 そうめん入りみそ汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状　玉葱 ○キャベツ　にんじん　ちりめんじゃこ ○そうめん　生しいたけ　にんじん　ねぎ じゃが芋煮	10 かゆ又は軟飯 鶏肉と玉葱の煮物 春雨の煮物　里芋のみそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○はるさめ　きゅうり　にんじん ○里芋　えのき茸　ねぎ りんご煮	11 煮込みうどん　小松菜の煮物 フルーツ ○うどん　鶏肉ミンチ状　玉葱　にんじん ねぎ ○小松菜　白菜　にんじん ○みかん かゆ（しょうゆ味）	12 いもがゆ　煮魚　大根の煮物 みそ汁 ○精白米　さつま芋 ○白身魚 ○大根　にんじん　三度豆 ○玉葱　干しわかめ　ねぎ 人参煮	13 かゆ又は軟飯 鶏肉と玉葱のケチャップ煮 チンゲン菜の煮物　すまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱　ケチャップ ○チンゲン菜　玉葱　にんじん ○ゆば　しめじ　ねぎ りんご煮	14 中華丼又はおじや ほうれん草の洋風煮 スープ ○精白米　豚肉ミンチ状　白菜　玉葱 にんじん　片栗粉 ○ほうれん草　玉葱 ○豆腐　もやし　ねぎ
16 かゆ　豚肉と玉葱の煮物 高野豆腐の含め煮　みそ汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状　玉葱 ○高野豆腐　玉葱　にんじん　みつば ○白菜　にんじん　ねぎ さつま芋煮	17 かゆ又は軟飯 鶏肉と野菜の煮物 じゃが芋の煮物　みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　大根　にんじん ○じゃがいも　にんじん ○もやし　えのき茸　ねぎ りんご煮	18 かゆ又は軟飯　煮魚 小松菜の煮物　すまし汁 ○精白米 ○白身魚 ○小松菜　にんじん ○切麩　生しいたけ　ねぎ 人参がゆ	19 かゆ又は軟飯 鶏肉と玉葱の煮物 堺産水菜の煮物 秋のもりもり汁 食育の日 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○水菜（堺産）　白菜　にんじん ○里芋　さつま芋　しめじ　ねぎ りんご煮	20 かゆ又は軟飯 豚肉のトマト煮 チンゲン菜の洋風煮 ヨーグルト ○精白米 ○豚肉　玉葱　にんじん　ピーマン トマト　ケチャップ ○チンゲン菜　玉葱　にんじん ○ヨーグルト じゃが芋煮	21 かゆ　白身魚と野菜の煮物 すまし汁 ○精白米 ○白身魚　玉葱　にんじん　しめじ 小松菜 ○豆腐　大根　ねぎ
	24 牛すき丼又はおじや チンゲン菜の煮物　みそ汁 ○精白米　牛肉ミンチ状　白菜　玉葱 にんじん　白ねぎ　切麩 ○チンゲン菜　にんじん ○じゃがいも　干しわかめ　ねぎ	25 かゆ又は軟飯 豚肉と玉葱のケチャップ煮 マカロニの煮物　すまし汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状　玉葱　ケチャップ ○マカロニ　玉葱　にんじん　ピーマン ○大根　しめじ　青菜 さつま芋煮	26 かゆ　鶏肉と玉葱の煮物 ほうれん草の煮浸し　みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○ほうれん草　キャベツ　にんじん ○切麩　玉葱　ねぎ りんご煮	27 かゆ又は軟飯 白身魚のみそ煮 小松菜の煮物　けんちん汁 ○精白米 ○白身魚 ○小松菜　白菜　にんじん ○豆腐　里芋　にんじん　ねぎ 人参煮	28 わかめうどん じゃが芋の煮物 ○うどん　鶏肉ミンチ状　干しわかめ 玉葱　にんじん　ねぎ ○じゃがいも　玉葱　にんじん
30 かゆ又は軟飯 豚肉と大根の煮物 高野豆腐の煮物 さつま芋のみそ汁 ○精白米 ○豚肉ミンチ状　大根 ○高野豆腐　玉葱　にんじん　三度豆 ○さつま芋　えのき茸　ねぎ 人参煮	☆給食・間食は行事などの都合により、献立日が変更になる場合があります。				

今月の給食目標　感謝の気持ちをもって食べましょう

2026年11月 給食だより(7～8か月頃)

堺市立こども園

月	火	水	木	金	土
2 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 小松菜のつぶし煮　みそ汁 ○精白米 ○白身魚　玉葱　にんじん ○小松菜　玉葱 ○白菜　干しわかめ　ねぎ		4 かゆ　鶏肉と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱　チンゲン菜 ○さつま芋　にんじん ○切麸　大根　ねぎ	5 かゆ　トマトシチュー 白身魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 ○精白米 ○玉葱　じゃがいも　にんじん　しめじ セロリー　チーズ　小麦粉　りんご トマト ○白身魚 ○キャベツ　きゅうり　にんじん	6 かゆ　鶏肉と玉葱のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○さつま芋　にんじん ○豆腐　にんじん　みつば	7 煮込みうどん 野菜のつぶし煮 ○うどん　鶏肉ミンチ状　玉葱　にんじん ねぎ ○キャベツ　もやし　にんじん
9 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 キャベツとじゃこのつぶし煮 そうめん入りみそ汁 ○精白米 ○白身魚　玉葱 ○キャベツ　にんじん　ちりめんじゃこ ○そうめん　生しいたけ　にんじん　ねぎ	10 かゆ　鶏肉と玉葱のつぶし煮 春雨のつぶし煮 里芋のみそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○はるさめ　きゅうり　にんじん ○里芋　えのき茸　ねぎ	11 煮込みうどん 白身魚のつぶし煮 小松菜のつぶし煮 ○うどん　玉葱　にんじん　ねぎ ○白身魚 ○小松菜　白菜　にんじん	12 いもがゆ　白身魚のつぶし煮 大根のつぶし煮　みそ汁 ○精白米　さつま芋 ○白身魚 ○大根　にんじん　三度豆 ○玉葱　干しわかめ　ねぎ	13 かゆ　鶏肉と玉葱のつぶし煮 チンゲン菜のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○チンゲン菜　玉葱　にんじん ○ゆば　しめじ　ねぎ	14 かゆ 白身魚と野菜のつぶし煮 ほうれん草のつぶし煮 スープ ○精白米 ○白身魚　白菜　玉葱　にんじん ○ほうれん草　玉葱 ○豆腐　もやし　ねぎ
16 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 高野豆腐のつぶし煮　みそ汁 ○精白米 ○白身魚　玉葱 ○高野豆腐　玉葱　にんじん　みつば ○白菜　にんじん　ねぎ	17 かゆ　鶏肉と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮　みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　大根　にんじん ○じゃがいも　にんじん ○もやし　えのき茸　ねぎ	18 かゆ　白身魚のつぶし煮 小松菜のつぶし煮　すまし汁 ○精白米 ○白身魚 ○小松菜　にんじん ○切麸　生しいたけ　ねぎ	19 かゆ　鶏肉と玉葱のつぶし煮 堺産水菜のつぶし煮 秋のもりもり汁　食育の日 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○水菜（堺産）　白菜　にんじん ○里芋　さつま芋　しめじ　ねぎ	20 かゆ　白身魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 チンゲン菜のつぶし煮 ○精白米 ○白身魚 ○玉葱　にんじん　トマト ○チンゲン菜　玉葱　にんじん	21 かゆ 白身魚と野菜のつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○白身魚　玉葱　にんじん　しめじ 小松菜 ○豆腐　大根　ねぎ
	24 かゆ　白身魚のつぶし煮 チンゲン菜のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○白身魚 ○チンゲン菜　にんじん ○じゃがいも　干しわかめ　ねぎ	25 かゆ 白身魚と玉葱のつぶし煮 マカロニのつぶし煮 すまし汁 ○精白米 ○白身魚　玉葱 ○マカロニ　玉葱　にんじん ○大根　しめじ　青菜	26 かゆ　鶏肉と玉葱のつぶし煮 ほうれん草のつぶし煮 みそ汁 ○精白米 ○鶏肉ミンチ状　玉葱 ○ほうれん草　キャベツ　にんじん ○切麸　玉葱　ねぎ	27 かゆ　白身魚のつぶし煮 小松菜のつぶし煮 けんちん汁 ○精白米 ○白身魚 ○小松菜　白菜　にんじん ○豆腐　里芋　にんじん　ねぎ	28 わかめうどん じゃが芋のつぶし煮 ○うどん　鶏肉ミンチ状　干しわかめ 玉葱　にんじん　ねぎ ○じゃがいも　玉葱　にんじん
30 かゆ 白身魚と大根のつぶし煮 高野豆腐のつぶし煮 さつま芋のみそ汁 ○精白米 ○白身魚　大根 ○高野豆腐　玉葱　にんじん　三度豆 ○さつま芋　えのき茸　ねぎ	☆給食・間食は行事などの都合により、献立日が変更になる場合があります。				

今月の給食目標　感謝の気持ちをもって食べましょう

2026年11月 給食だより(5～6か月頃)

堺市立こども園

月	火	水	木	金	土
2 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 小松菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○小松菜　昆布だし ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ		4 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 チンゲン菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○チンゲン菜　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	5 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 キャベツペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○キャベツ　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	6 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 さつま芋ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○さつま芋　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	7 うどんペースト 白身魚のすりつぶし煮 玉葱ペースト　人参ペースト ○うどん　昆布だし ○白身魚　昆布だし ○玉葱　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ
9 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 キャベツペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○キャベツ　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	10 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 玉葱ペースト　人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○玉葱　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	11 うどんペースト 白身魚のすりつぶし煮 小松菜ペースト 人参ペースト ○うどん　昆布だし ○白身魚　昆布だし ○小松菜　昆布だし ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	12 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 大根ペースト　人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○大根　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	13 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 チンゲン菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○チンゲン菜　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	14 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 ほうれん草ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○ほうれん草　昆布だし ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ
16 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 白菜ペースト　人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○白菜　昆布だし ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	17 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 大根ペースト　人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○大根　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	18 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 小松菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○小松菜　昆布だし ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	19 食育の日 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 さつま芋ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○さつま芋　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	20 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 チンゲン菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○チンゲン菜　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	21 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 小松菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○小松菜　昆布だし ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ
	24 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 チンゲン菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○チンゲン菜　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	25 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 玉葱ペースト　人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○玉葱　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	26 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 ほうれん草ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○ほうれん草　昆布だし ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	27 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 小松菜ペースト 人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○小松菜　昆布だし ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	28 うどんペースト 白身魚のすりつぶし煮 じゃが芋ペースト 人参ペースト ○うどん　昆布だし ○白身魚　昆布だし ○じゃがいも　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ
30 つぶしがゆ 白身魚のすりつぶし煮 大根ペースト　人参ペースト ○精白米 ○白身魚　昆布だし ○大根　ゆで汁又は野菜スープ ○にんじん　ゆで汁又は野菜スープ	☆給食・間食は行事などの都合により、献立日が変更になる場合があります。			