

令和7年4月 中期食献立表

新宿区立保育園・子ども園

日・曜日	午 前		午 後	
	献立名	使用食材	献立名	使用食材
1 ・ 15	火 煮込みうどん 鶏肉の煮物 果物	乾麺 葱 みりん 醤油 鶏ひき肉 人参 ジャガイモ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 バナナ	ミルク ポテト粥 豆腐と野菜のスープ煮 人参と大根の味噌汁	ミルク 米 ジャガイモ 絹豆腐 ほうれん草 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 人参 大根 味噌
2 ・ 16	水 お粥 魚と野菜の味噌煮 キャベツと玉葱のすまし汁	米 白身魚 人参 チンゲン菜 片栗粉 みりん 味噌 キャベツ 玉葱 醤油	ミルク きな粉粥 貝だくさんスープ 人参煮	ミルク 米 きな粉 キャベツ 玉葱 チンゲン菜 塩 人参 片栗粉 醤油
3 ・ 17	木 パン粥 鶏肉のオーロラ煮 かぶと人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 ジャガイモ 玉葱 トマトピューレ 片栗粉 砂糖 醤油 かぶ 人参 塩	ミルク 人参粥 かぶときゅうりの煮物 豆腐とわかめの味噌汁	ミルク 米 人参 かぶ きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 絹豆腐 玉葱 生わかめ 味噌
4 ・ 18	金 お粥 魚と野菜のうま煮 さつまいもと葱の味噌汁	米 白身魚 きゅうり 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも 葱 味噌	ミルク にゅうめん 麩の洋風煮 果物	ミルク そうめん キャベツ みりん 醤油 麩 ブロッコリー さつまいも 片栗粉 砂糖 塩 みかん類
5 ・ 19	土 お粥 野菜のおかか煮 大根と小松菜の味噌汁	米 人参 玉葱 かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 小松菜 味噌	ミルク お粥 野菜のミルク煮 人参と小松菜のすまし汁	ミルク 米 玉葱 大根 牛乳 片栗粉 砂糖 人参 小松菜 醤油
7 ・ 21	月 お粥 鶏肉のバター煮 人参と玉葱のスープ	米 鶏ひき肉 グリーンアスパラガス キャベツ 片栗粉 バター 砂糖 塩 人参 玉葱 塩	ミルク キャベツ粥 貝だくさん味噌汁 ヨーグルト	ミルク 米 キャベツ ジャガイモ グリーンアスパラガス 玉葱 味噌 ヨーグルト
8 ・ 22	火 お粥 鶏肉の味噌煮 葉葱と大根のすまし汁	米 鶏ひき肉 玉葱 人参 片栗粉 みりん 味噌 葉葱 大根 醤油	ミルク とろみにゅうめん 豆腐のトマト煮 大根煮	ミルク そうめん 葉葱 片栗粉 みりん 醤油 絹豆腐 トマト キャベツ 片栗粉 砂糖 塩 大根 片栗粉 醤油
9 ・ 23	水 パン粥 魚の洋風煮 ジャガイモと人参のスープ	食パン 白身魚 きゅうり ブロッコリー 片栗粉 砂糖 塩 ジャガイモ 人参 塩	ミルク ブロッコリー粥 玉葱とジャガイモの煮物 麩ときゅうりの味噌汁	ミルク 米 ブロッコリー 玉葱 ジャガイモ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 麩 きゅうり 味噌
10 ・ 24	木 お粥 鶏肉の煮物 なすとかぶの味噌汁	米 鶏ひき肉 玉葱 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 なす かぶ 味噌	ミルク かぶ粥 豆腐と野菜のスープ 果物	ミルク 米 かぶ 絹豆腐 人参 キャベツ 塩 バナナ
11 ・ 25	金 焼きうどん風 レタスと葱のスープ 果物	乾麺 ツナ缶 人参 油 醤油 レタス 葱 塩 みかん類	ミルク 青のりおかか粥 野菜煮 きゅうりとジャガイモの味噌汁	ミルク 米 青のり かつお節 人参 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 きゅうり ジャガイモ 味噌
12 ・ 26	土 お粥 高野豆腐の煮物 玉葱とほうれん草の味噌汁	米 高野豆腐 ジャガイモ 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 ほうれん草 味噌	ミルク お粥 麩の彩り煮 ジャガイモと玉葱のスープ	ミルク 米 麩 人参 ほうれん草 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 ジャガイモ 玉葱 塩
14 ・ 28	月 お粥 鶏肉と野菜の洋風煮 葱と大根の味噌汁	米 鶏ひき肉 トマト 人参 片栗粉 砂糖 塩 葱 大根 味噌	ミルク トマト粥 春雨スープ バナナヨーグルト	ミルク 米 トマト 大根 キャベツ 春雨 塩 ヨーグルト バナナ
30	水 お粥 魚のあんかけ煮 かぼちゃとキャベツの味噌汁	米 白身魚 人参 ほうれん草 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 かぼちゃ キャベツ 味噌	ミルク パン粥 野菜のミルクスープ 果物	ミルク 食パン 玉葱 かぼちゃ ほうれん草 牛乳 塩 みかん類

※都合により献立を変更することがあります。 ※毎食、麦茶を提供します。
 ※上記で、食べたことのない食材はご家庭でお試しく下さい。