

令和7年4月 後 期 食 献 立 表

新宿区立四谷子ども園

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 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 バナナ	ポテト粥またはポテト軟飯 豆腐と野菜のスープ煮 人参と大根の味噌汁	米 じゃがいも 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	お粥または軟飯 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	ごまきな粉粥または ごまきな粉軟飯 貝だくさんスープ スティック人参	米 すりごま きな粉 キャベツ 玉葱 チンゲン菜 塩 人参 醤油
3・17	木	パン粥またはトースト 鶏肉のオーロラ煮 かぶと人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 じゃがいも 玉葱 トマトピューレ 片栗粉 砂糖 醤油 かぶ 人参 塩	人参粥または人参軟飯 かぶときゅうりの煮物 豆腐とわかめの味噌汁	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	お粥または軟飯 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	にゅうめん 麩の洋風煮 果物	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	お粥または軟飯 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	お粥または軟飯 野菜のミルク煮 人参と小松菜のすまし汁	米 玉葱 大根 牛乳 片栗粉 砂糖 人参 小松菜 醤油
7・21	月	お粥または軟飯 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	キャベツ粥または キャベツ軟飯 貝だくさん味噌汁 ヨーグルト	米 キャベツ じゃがいも グリーンアスパラガス 玉葱 味噌 ヨーグルト
8・22	火	お粥または軟飯 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	とろみにゅうめん 豆腐のトマト煮 スティック大根	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 醤油
9・23	水	パン粥またはトースト 魚の洋風煮 じゃがいもと人参のスープ	食パン 白身魚 きゅうり ブロッコリー 片栗粉 砂糖 塩 じゃがいも 人参 塩	ブロッコリー粥または ブロッコリー軟飯 玉葱とじゃがいもの煮物 麩ときゅうりの味噌汁	米 ブロッコリー 玉葱 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 麩 きゅうり 味噌
10・24	木	お粥または軟飯 ミニ肉団子の煮物 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	かぶ粥またはかぶ軟飯 豆腐と野菜のスープ 果物	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	青のりおかか粥 または青のりおかか軟飯 野菜の卵とじ きゅうりとじゃがいもの味噌汁	米 青のり かつお節 人参 玉葱 卵 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 きゅうり じゃがいも 味噌
12・26	土	お粥または軟飯 高野豆腐の煮物 玉葱とほうれん草の味噌汁	米 高野豆腐 じゃがいも 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 ほうれん草 味噌	お粥または軟飯 麩の彩り煮 じゃがいもと玉葱のスープ	米 麩 人参 ほうれん草 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 玉葱 塩
14・28	月	お粥または軟飯 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	トマト粥またはトマト軟飯 春雨スープ バナナヨーグルト	米 トマト 大根 キャベツ 春雨 塩 ヨーグルト バナナ
30	水	お粥または軟飯 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	パン粥またはトースト 野菜のミルクスープ 果物	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。

※食パンはロールパンに、鶏ひき肉は豚ひき肉に変更することがあります。

※上記で、食べたことのない食材はご家庭でお試ください。