

令和7年7月 献立表

新宿区立あいじつ子ども園

日・曜日		午前おやつ	昼 食		午後おやつ	
		献立名	献立名	使用食材	献立名	使用食材
1・15	火	牛乳 キウイ フルーツ	ご飯 夏野菜の五目炒め じゃがいものうま煮 豆腐の味噌汁	米 豚肉 玉葱 ブッキーニ なす 赤ピーマン 片栗粉 油 塩 酒 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 人参 油 みりん 砂糖 醤油 豆腐 葱 ほうれん草 味噌	牛乳 / 果物 きな粉麩ラスク	牛乳 / バナナ 麩 きな粉 バター 油 グラニュー糖 塩
2・16	水	牛乳 菓子	パン 魚のエスカベッシュ風 コーンサラダ かぼちゃの豆乳ポタージュ	ロールパン 魚 人参 玉葱 きゅうり 片栗粉 油 酒 砂糖 酢 醤油 キャベツ ブロッコリー ホールコーン缶 油 砂糖 塩 酢 玉葱 かぼちゃ 豆乳 バター 塩	牛乳 / 果物 ゆかりおにぎり	牛乳 / みかん類 米 ゆかり
3・17	木	牛乳 バナナ	チキンカレーライス 切干大根のフレンチ風 果物	米 生姜 にんにく 鶏肉 玉葱 人参 じゃがいも トマトピューレ ヨーグルト 牛乳 小麦粉 油 バター 中濃ソース 塩 カレー粉 切干大根 きゅうり ハム 油 砂糖 塩 酢 みかん類	牛乳 キャロット ゼリー 菓子	牛乳 粉寒天 オレンジジュース 人参 砂糖 菓子
4・18	金	ヨーグルト	スパゲッティミートソース ポテトサラダ チキンスープ 果物	スパゲッティ 豚ひき肉 玉葱 人参 トマトピューレ 粉チーズ 小麦粉 オリーブオイル 油 塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース じゃがいも 人参 きゅうり 油 砂糖 塩 酢 鶏肉 もやし 豆苗 塩 醤油 バナナ	牛乳 / 果物 ツナわかめご飯	牛乳 / キウイフルーツ 米 ツナ缶 生わかめ 酒 塩
5・19	土	牛乳 菓子	茶飯 鶏肉と長いもの煮物 玉葱の味噌汁	米 酒 塩 醤油 鶏肉 長いも 人参 油 みりん 砂糖 醤油 玉葱 なす 小松菜 味噌	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
7	月	牛乳 菓子	★七夕★ 七夕冷しうどん かぼちゃのチーズ焼き 果物	乾麺 鶏肉 人参 葱 ホールコーン缶 オクラ みりん 砂糖 塩 醤油 かぼちゃ 玉葱 ピザ用チーズ 油 塩 こしょう 西瓜	牛乳 / 果物 そばろご飯	牛乳 / バナナ 米 人参 鶏ひき肉 生姜 油 酒 砂糖 醤油
8・22	火	ヨーグルト	★8日はしんじゅく野菜の日★ 麻婆丼 夏野菜のサラダ キャベツのスープ 果物	米 生姜 にんにく 豚ひき肉 人参 玉葱 豆腐 トマトピューレ 片栗粉 油 ごま油 砂糖 醤油 味噌 トマト きゅうり 玉葱 ハム 油 砂糖 塩 酢 キャベツ 葉葱 塩 醤油 みかん類	牛乳 ゆで とうもろこし 菓子	牛乳 とうもろこし 菓子
9・23	水	牛乳 バナナ	じゃごご飯 じゃがいもの卵焼き ボイルブロッコリー ひじきの含め煮 なすの味噌汁	米 じゃこ ごま 酒 塩 じゃがいも 玉葱 ニラ 卵 塩 こしょう トマトケチャップ ブロッコリー 人参 ひじき 油揚げ さやいんげん 油 みりん 砂糖 醤油 なす しめじ 味噌	牛乳 / 果物 焼きそば	牛乳 / みかん類 蒸し中華麺 豚肉 人参 キャベツ ピーマン 青のり 油 塩 こしょう 中濃ソース
10・24	木	牛乳 菓子	ご飯 焼き魚 ボイルキャベツ 三色なます 麩のすまし汁	米 魚 油 塩 キャベツ もやし 人参 チンゲン菜 砂糖 塩 酢 冬瓜 麩 塩 醤油	牛乳 / 果物 黒糖蒸しパン	牛乳 / バナナ 牛乳 レーズン 小麦粉 ベーキングパウダー バター 黒砂糖
11・25	金	ヨーグルト	★11日誕生会★ (11日)ご飯 (25日)パン 鶏肉と大豆のトマト煮込み 春雨とツナのサラダ じゃがいものスープ (11日)果物	米 ロールパン 鶏肉 玉葱 人参 大豆水煮 トマトピューレ 油 トマトケチャップ 中濃ソース 砂糖 塩 こしょう 春雨 きゅうり 人参 ツナ缶 油 砂糖 酢 醤油 じゃがいも レタス 塩 醤油 西瓜	牛乳 / 果物 味噌焼き おにぎり	牛乳 / キウイフルーツ 米 すりごま 油 酒 みりん 砂糖 味噌
12・26	土	牛乳 みかん類	ご飯 豚肉と車麩のうま煮 けんちん汁風	米 車麩 豚肉 人参 玉葱 みりん 砂糖 醤油 鶏肉 豆腐 人参 大根 葱 ほうれん草 油 塩 醤油	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
14・28	月	ヨーグルト	ご飯 鶏肉の韓国焼き ボイルキャベツ 小松菜のナムル かぶの味噌汁	米 鶏肉 にんにく ごま ごま油 酒 砂糖 醤油 キャベツ 小松菜 人参 えのきだけ ごま油 砂糖 醤油 かぶ 人参 かぶの葉 味噌	牛乳 / 果物 ホットケーキ	牛乳 / みかん類 牛乳 ブルーベリージャム ベーキングパウダー 小麦粉 油 砂糖
29	火	牛乳 菓子	冷し中華そば かぼちゃのチーズ焼き 果物	生中華麺 きゅうり トマト ハム ホールコーン缶 ごま油 砂糖 酢 醤油 かぼちゃ 玉葱 ピザ用チーズ 油 塩 こしょう みかん類	牛乳 / 果物 そばろご飯	牛乳 / バナナ 米 人参 鶏ひき肉 生姜 油 酒 砂糖 醤油
30	水	牛乳 みかん類	ご飯 カレー肉じゃが キャベツのおかか和え 豆腐の味噌汁	米 豚肉 人参 じゃがいも 玉葱 さやいんげん 油 カレー粉 みりん 砂糖 醤油 キャベツ かつお節 醤油 豆腐 なす 生わかめ 味噌	牛乳 / 果物 ツナマヨ トースト	牛乳 / キウイフルーツ 食パン ツナ缶 玉葱 ノンエッグマヨネーズ
31	木	牛乳 菓子	★土用の丑の日★ 照り焼きひつまぶし 野菜の酢じょうゆ和え 油揚げの味噌汁 果物	米 魚 きゅうり 刻みのり 油 酒 みりん 醤油 砂糖 もやし 人参 砂糖 酢 醤油 油揚げ 大根 味噌 西瓜	牛乳 / 果物 ほうれん草 ドーナツ	牛乳 / みかん類 牛乳 ほうれん草 ホットケーキの素 油 グラニュー糖

※都合により献立を変更することがあります。

※毎食（昼食、おやつ）、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ください。

暑い日が続くようになり、そろそろ夏本番です。熱中症対策にはこまめな水分補給が大切です。のどが渴いたと感じる前に水や麦茶など甘くない飲み物を摂るようにしましょう。

	1～2歳児		3歳以上児	
	エネルギー	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質
給与目標	450kcal	19.0g	550kcal	23.0g
平均	465kcal	18.9g	549kcal	21.7g

令和7年7月 献立表（完了食）

新宿区立あいじつ子ども園

日・曜日		午前おやつ	昼 食		午後おやつ	
		献立名	献立名	使用食材	献立名	使用食材
1・15	火	牛乳 キウイ フルーツ	ご飯 夏野菜の五目炒め じゃがいものうま煮 豆腐の味噌汁	米 豚肉 玉葱 ブッキーニ なす 赤ピーマン 片栗粉 油 塩 酒 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 人参 油 みりん 砂糖 醤油 豆腐 葱 ほうれん草 味噌	牛乳 / 果物 きな粉麩ラスク	牛乳 / バナナ 麩 きな粉 バター 油 グラニュー糖 塩
2・16	水	牛乳 菓子	パン 魚のエスカベッシュ風 コーンサラダ かぼちゃの豆乳ポタージュ	ロールパン 魚 人参 玉葱 きゅうり 片栗粉 油 酒 砂糖 酢 醤油 キャベツ ブロッコリー ホールコーン缶 油 砂糖 塩 酢 玉葱 かぼちゃ 豆乳 バター 塩	牛乳 / 果物 ゆかりおにぎり	牛乳 / みかん類 米 ゆかり
3・17	木	牛乳 バナナ	チキンカレーライス 切干大根のフレンチ風 果物	米 生姜 にんにく 鶏肉 玉葱 人参 じゃがいも トマトピューレ ヨーグルト 牛乳 小麦粉 油 バター 中濃ソース 塩 カレー粉 切干大根 きゅうり ハム 油 砂糖 塩 酢 みかん類	牛乳 キャロット ゼリー 菓子	牛乳 粉寒天 オレンジジュース 人参 砂糖 菓子
4・18	金	ヨーグルト	スパゲッティミートソース ポテトサラダ チキンスープ 果物	スパゲッティ 豚ひき肉 玉葱 人参 トマトピューレ 粉チーズ 小麦粉 オリーブオイル 油 塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース じゃがいも 人参 きゅうり 油 砂糖 塩 酢 鶏肉 もやし 豆苗 塩 醤油 バナナ	牛乳 / 果物 ツナわかめご飯	牛乳 / キウイフルーツ 米 ツナ缶 生わかめ 酒 塩
5・19	土	牛乳 菓子	茶飯 鶏肉と長いもの煮物 玉葱の味噌汁	米 酒 塩 醤油 鶏肉 長いも 人参 油 みりん 砂糖 醤油 玉葱 なす 小松菜 味噌	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
7月		牛乳 菓子	★七夕★ 七夕冷しうどん かぼちゃのチーズ焼き 果物	乾麺 鶏肉 人参 葱 ホールコーン缶 オクラ みりん 砂糖 塩 醤油 かぼちゃ 玉葱 ピザ用チーズ 油 塩 こしょう 西瓜	牛乳 / 果物 そばろご飯	牛乳 / バナナ 米 人参 鶏ひき肉 生姜 油 酒 砂糖 醤油
8・22	火	ヨーグルト	★8日はしんじゅく野菜の日★ 麻婆丼 夏野菜のサラダ キャベツのスープ 果物	米 生姜 にんにく 豚ひき肉 人参 玉葱 豆腐 トマトピューレ 片栗粉 油 ごま油 砂糖 醤油 味噌 トマト きゅうり 玉葱 ハム 油 砂糖 塩 酢 キャベツ 葉葱 塩 醤油 みかん類	牛乳/果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
9・23	水	牛乳 バナナ	じゃこご飯 じゃがいもの卵焼き ボイルブロッコリー ひじきの含め煮 なすの味噌汁	米 じゃこ ごま 酒 塩 じゃがいも 玉葱 ニラ 卵 塩 こしょう トマトケチャップ ブロッコリー 人参 ひじき 油揚げ さやいんげん 油 みりん 砂糖 醤油 なす しめじ 味噌	牛乳 / 果物 焼きそば	牛乳 / みかん類 蒸し中華麺 豚肉 人参 キャベツ ピーマン 青のり 油 塩 こしょう 中濃ソース
10・24	木	牛乳 菓子	ご飯 焼き魚 ボイルキャベツ 三色なます 麩のすまし汁	米 魚 油 塩 キャベツ もやし 人参 チンゲン菜 砂糖 塩 酢 冬瓜 麩 塩 醤油	牛乳 / 果物 黒糖蒸しパン	牛乳 / バナナ 牛乳 レーズン 小麦粉 ベーキングパウダー バター 黒砂糖
11・25	金	ヨーグルト	★11日誕生会★ (11日)ご飯 (25日)パン 鶏肉と大豆のトマト煮込み 春雨とツナのサラダ じゃがいものスープ (11日)果物	米 ロールパン 鶏肉 玉葱 人参 大豆水煮 トマトピューレ 油 トマトケチャップ 中濃ソース 砂糖 塩 こしょう 春雨 きゅうり 人参 ツナ缶 油 砂糖 酢 醤油 じゃがいも レタス 塩 醤油 西瓜	牛乳 / 果物 味噌焼き おにぎり	牛乳 / キウイフルーツ 米 すりごま 油 酒 みりん 砂糖 味噌
12・26	土	牛乳 みかん類	ご飯 豚肉と車麩のうま煮 けんちん汁風	米 車麩 豚肉 人参 玉葱 みりん 砂糖 醤油 鶏肉 豆腐 人参 大根 葱 ほうれん草 油 塩 醤油	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
14・28	月	ヨーグルト	ご飯 鶏肉の韓国焼き ボイルキャベツ 小松菜のナムル かぶの味噌汁	米 鶏肉 にんにく ごま ごま油 酒 砂糖 醤油 キャベツ 小松菜 人参 えのきだけ ごま油 砂糖 醤油 かぶ 人参 かぶの葉 味噌	牛乳 / 果物 ホットケーキ	牛乳 / みかん類 牛乳 ブルーベリージャム ベーキングパウダー 小麦粉 油 砂糖
29火		牛乳 菓子	冷し中華そば かぼちゃのチーズ焼き 果物	生中華麺 きゅうり トマト ハム ホールコーン缶 ごま油 砂糖 酢 醤油 かぼちゃ 玉葱 ピザ用チーズ 油 塩 こしょう みかん類	牛乳 / 果物 そばろご飯	牛乳 / バナナ 米 人参 鶏ひき肉 生姜 油 酒 砂糖 醤油
30水		牛乳 みかん類	ご飯 カレー肉じゃが キャベツのおかか和え 豆腐の味噌汁	米 豚肉 人参 じゃがいも 玉葱 さやいんげん 油 カレー粉 みりん 砂糖 醤油 キャベツ かつお節 醤油 豆腐 なす 生わかめ 味噌	牛乳 / 果物 ツナマヨ トースト	牛乳 / キウイフルーツ 食パン ツナ缶 玉葱 ノンエッグマヨネーズ
31木		牛乳 菓子	★土用の丑の日★ 照り焼きひつまぶし 野菜の酢じょうゆ和え 油揚げの味噌汁 果物	米 魚 きゅうり 刻みのり 油 酒 みりん 醤油 砂糖 もやし 人参 砂糖 酢 醤油 油揚げ 大根 味噌 西瓜	牛乳 / 果物 ほうれん草 ドーナツ	牛乳 / みかん類 牛乳 ほうれん草 ホットケーキの素 油 グラニュー糖

※都合により献立を変更することがあります。

※毎食（昼食、おやつ）、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ください。

令和7年7月 後期食献立表

新宿区立あいじつ子ども園

日・曜日	午 前		午 後	
	献立名	使用食材	献立名	使用食材
1・15	火 お粥または軟飯 鶏肉と野菜煮 なすとほうれん草の味噌汁	米 鶏ひき肉 ブッキーニ 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 なす ほうれん草 味噌	ミル きな粉粥またはきな粉軟飯 豆腐のあんかけ煮 人参と葱のスープ	ミル 米 きな粉 絹豆腐 じゃがいも 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 葱 塩
2・16	水 パン粥またはトースト 魚のバター煮 かぼちゃと玉葱のスープ	食パン 白身魚 ブロッコリー キャベツ 片栗粉 バター 砂糖 塩 かぼちゃ 玉葱 塩	ミル ブロッコリー粥または ブロッコリー軟飯 麩と野菜の味噌汁 スティック人参	ミル 米 ブロッコリー 麩 キャベツ きゅうり 味噌 人参 醤油
3・17	木 お粥または軟飯 ミニ肉団子の煮物 人参ときゅうりのスープ	米 鶏ひき肉 玉葱 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 きゅうり 塩	ミル 人参粥または人参軟飯 具だくさん味噌汁 果物	ミル 米 人参 絹豆腐 じゃがいも 玉葱 味噌 みかん類
4・18	金 うどんのナポリタン風 魚のスープ煮 じゃがいもと人参のスープ	乾麺 玉葱 トマトピューレ 粉チーズ 油 醤油 白身魚 きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 じゃがいも 人参 塩	ミル ツナわかめ粥または ツナわかめ軟飯 じゃがいもときゅうり煮 人参と玉葱のすまし汁	ミル 米 ツナ缶 生わかめ じゃがいも きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 玉葱 醤油
5・19	土 お粥または軟飯 人参となすのおかか煮 玉葱と小松菜の味噌汁	米 人参 なす かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 小松菜 味噌	ミル 小松菜粥または小松菜軟飯 野菜のミルクスープ 果物	ミル 米 小松菜 玉葱 なす 牛乳 塩 バナナ
7	月 煮込みうどん かぼちゃ煮 果物	乾麺 鶏ひき肉 人参 みりん 醤油 かぼちゃ 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 西瓜	ミル お粥または軟飯 麩と野菜のスープ煮 葱とかぼちゃの味噌汁	ミル 米 麩 人参 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 葱 かぼちゃ 味噌
8・22	火 お粥または軟飯 麻婆豆腐風 キャベツと葉葱のスープ	米 豚ひき肉 絹豆腐 人参 玉葱 トマトピューレ 片栗粉 砂糖 醤油 味噌 キャベツ 葉葱 塩	ミル トマト粥またはトマト軟飯 人参ときゅうりのすまし汁 バナナヨーグルト	ミル 米 トマト 人参 きゅうり 醤油 ヨーグルト バナナ
9・23	水 お粥または軟飯 魚と野菜の卵とじ なすとじゃがいもの味噌汁	米 白身魚 人参 ブロッコリー 卵 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 なす じゃがいも 味噌	ミル 青のり粥または青のり軟飯 紅白おかか煮 玉葱とキャベツのスープ	ミル 米 青のり じゃがいも 人参 かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 キャベツ 塩
10・24	木 お粥または軟飯 魚の野菜あんかけ 冬瓜とチンゲン菜のすまし汁	米 白身魚 人参 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 冬瓜 チンゲン菜 醤油	ミル ミルクにゆうめん 冬瓜とキャベツ煮 スティック人参	ミル そうめん チンゲン菜 牛乳 塩 冬瓜 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 醤油
11・25	金 パン粥またはトースト 鶏肉のトマト煮 じゃがいもとレタスのスープ	食パン 鶏ひき肉 玉葱 トマトピューレ 人参 片栗粉 砂糖 醤油 じゃがいも レタス 塩	ミル 玉葱ごま粥または 玉葱ごま軟飯 豆腐と野菜の味噌汁 果物	ミル 米 玉葱 すりごま 絹豆腐 人参 きゅうり 味噌 バナナ
12・26	土 お粥または軟飯 豆腐と野菜の煮物 玉葱とほうれん草のすまし汁	米 絹豆腐 人参 大根 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 ほうれん草 醤油	ミル お粥または軟飯 大根と玉葱の煮物 人参と麩の味噌汁	ミル 米 大根 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 麩 人参 葱 味噌
14・28	月 お粥または軟飯 鶏肉のそぼろ煮 かぶと人参の味噌汁	米 鶏ひき肉 キャベツ 小松菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 かぶ 人参 味噌	ミル お粥または軟飯 人参とキャベツ煮 小松菜とかぶのスープ ヨーグルト	ミル 米 人参 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 小松菜 かぶ 塩 ヨーグルト
29	火 煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 果物	乾麺 玉葱 みりん 醤油 鶏ひき肉 かぼちゃ きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 みかん類	ミル かぼちゃ粥または かぼちゃ軟飯 野菜の洋風煮 豆腐と人参の味噌汁	ミル 米 かぼちゃ トマト 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 絹豆腐 人参 味噌
30	水 お粥または軟飯 豆腐のうま煮 わかめとなすの味噌汁	米 絹豆腐 人参 玉葱 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 生わかめ なす 味噌	ミル パン粥またはトースト ツナとキャベツのスープ煮 じゃがいもと玉葱のスープ	ミル 食パン ツナ缶 キャベツ なす 片栗粉 砂糖 塩 じゃがいも 玉葱 塩
31	木 お粥または軟飯 魚の炒め煮 大根とほうれん草の味噌汁	米 白身魚 きゅうり 人参 片栗粉 油 みりん 砂糖 醤油 大根 ほうれん草 味噌	ミル ほうれん草粥または ほうれん草軟飯 野菜のミルクスープ スティック人参	ミル 米 ほうれん草 きゅうり 大根 牛乳 塩 人参 醤油

※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。

令和7年7月 中期食献立表

新宿区立あいじつ子ども園

日・曜日		午 前		午 後	
		献立名	使用食材	献立名	使用食材
1・15	火	お粥 鶏肉と野菜煮 なすとほうれん草の味噌汁	米 鶏ひき肉 ブッキーニ 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 なす ほうれん草 味噌	きな粉粥 豆腐のあんかけ煮 人参と葱のスープ	米 きな粉 絹豆腐 じゃがいも 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 葱 塩
2・16	水	パン粥 魚のバター煮 かぼちゃと玉葱のスープ	食パン 白身魚 ブロッコリー キャベツ 片栗粉 バター 砂糖 塩 かぼちゃ 玉葱 塩	ブロッコリー粥 麩と野菜の味噌汁 人参煮	米 ブロッコリー 麩 キャベツ きゅうり 味噌 人参 片栗粉 醤油
3・17	木	お粥 鶏肉の煮物 人参ときゅうりのスープ	米 鶏ひき肉 玉葱 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 きゅうり 塩	人参粥 貝だくさん味噌汁 果物	米 人参 絹豆腐 じゃがいも 玉葱 味噌 みかん類
4・18	金	うどんのナポリタン風 魚のスープ煮 じゃがいもと人参のスープ	乾麺 玉葱 トマトピューレ 粉チーズ 油 醤油 白身魚 きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 じゃがいも 人参 塩	ツナわかめ粥 じゃがいもときゅうり煮 人参と玉葱のすまし汁	米 ツナ缶 生わかめ じゃがいも きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 玉葱 醤油
5・19	土	お粥 人参となすのおかか煮 玉葱と小松菜の味噌汁	米 人参 なす かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 小松菜 味噌	小松菜粥 野菜のミルクスープ 果物	米 小松菜 玉葱 なす 牛乳 塩 バナナ
7	月	煮込みうどん かぼちゃ煮 果物	乾麺 鶏ひき肉 人参 みりん 醤油 かぼちゃ 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 西瓜	お粥 麩と野菜のスープ煮 葱とかぼちゃの味噌汁	米 麩 人参 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 葱 かぼちゃ 味噌
8・22	火	お粥 豆腐と野菜のトマトあん キャベツと葉葱のスープ	米 絹豆腐 人参 トマトピューレ 玉葱 片栗粉 砂糖 醤油 味噌 キャベツ 葉葱 塩	トマト粥 人参ときゅうりのすまし汁 バナナヨーグルト	米 トマト 人参 きゅうり 醤油 ヨーグルト バナナ
9・23	水	お粥 魚と野菜の煮物 なすとじゃがいもの味噌汁	米 白身魚 人参 ブロッコリー 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 なす じゃがいも 味噌	青のり粥 紅白おかか煮 玉葱とキャベツのスープ	米 青のり じゃがいも 人参 かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 キャベツ 塩
10・24	木	お粥 魚の野菜あんかけ 冬瓜とチンゲン菜のすまし汁	米 白身魚 人参 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 冬瓜 チンゲン菜 醤油	ミルクにゅうめん 冬瓜とキャベツ煮 人参煮	そうめん チンゲン菜 牛乳 塩 冬瓜 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 片栗粉 醤油
11・25	金	パン粥 鶏肉のトマト煮 じゃがいもとレタスのスープ	食パン 鶏ひき肉 玉葱 トマトピューレ 人参 片栗粉 砂糖 醤油 じゃがいも レタス 塩	玉葱粥 豆腐と野菜の味噌汁 果物	米 玉葱 絹豆腐 人参 きゅうり 味噌 バナナ
12・26	土	お粥 豆腐と野菜の煮物 玉葱とほうれん草のすまし汁	米 絹豆腐 人参 大根 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 ほうれん草 醤油	お粥 大根と玉葱の煮物 人参と麩の味噌汁	米 大根 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 麩 人参 葱 味噌
14・28	月	お粥 鶏肉のそぼろ煮 かぶと人参の味噌汁	米 鶏ひき肉 キャベツ 小松菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 かぶ 人参 味噌	お粥 人参とキャベツ煮 小松菜とかぶのスープ ヨーグルト	米 人参 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 小松菜 かぶ 塩 ヨーグルト
29	火	煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 果物	乾麺 玉葱 みりん 醤油 鶏ひき肉 かぼちゃ きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 みかん類	かぼちゃ粥 野菜の洋風煮 豆腐と人参の味噌汁	米 かぼちゃ トマト 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 絹豆腐 人参 味噌
30	水	お粥 豆腐のうま煮 わかめとなすの味噌汁	米 絹豆腐 人参 玉葱 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 生わかめ なす 味噌	パン粥 ツナとキャベツのスープ煮 じゃがいもと玉葱のスープ	食パン ツナ缶 キャベツ なす 片栗粉 砂糖 塩 じゃがいも 玉葱 塩
31	木	お粥 魚の炒め煮 大根とほうれん草の味噌汁	米 白身魚 きゅうり 人参 片栗粉 油 みりん 砂糖 醤油 大根 ほうれん草 味噌	ほうれん草粥 野菜のミルクスープ 人参煮	米 ほうれん草 きゅうり 大根 牛乳 塩 人参 片栗粉 醤油

※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ださい。

令和7年7月 初期食献立表

新宿区立あいじつ子ども園

日・曜日		初期食【前半】			初期食【後半】		
		献立名	使用食材		献立名	使用食材	
1・15	火	つぶし粥 じゃがいものペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ	米 じゃがいも ほうれん草	ミルク	つぶし粥 じゃがいものペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 じゃがいも ほうれん草 絹豆腐	ミルク
2・16	水	つぶし粥 かぼちゃのペースト キャベツのペースト 野菜スープ	米 かぼちゃ キャベツ	ミルク	つぶし粥 かぼちゃのペースト キャベツのペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 かぼちゃ キャベツ 白身魚 片栗粉	ミルク
3・17	木	つぶし粥 人参のペースト 玉葱のペースト 野菜のスープ	米 人参 玉葱	ミルク	つぶし粥 人参のペースト 玉葱のペースト 野菜のスープ 豆腐のペースト	米 人参 玉葱 絹豆腐	ミルク
4・18	金	つぶし粥 じゃがいものペースト きゅうりのペースト 野菜スープ	米 じゃがいも きゅうり	ミルク	つぶし粥 じゃがいものペースト きゅうりのペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 じゃがいも きゅうり 白身魚 片栗粉	ミルク
5・19	土	つぶし粥 玉葱のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	米 玉葱 小松菜	ミルク	つぶし粥 玉葱のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	米 玉葱 小松菜	ミルク
7	月	つぶし粥 かぼちゃのペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 かぼちゃ 人参	ミルク	つぶし粥 かぼちゃのペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 かぼちゃ 人参	ミルク
8・22	火	つぶし粥 トマトのペースト キャベツのペースト 野菜スープ	米 トマト キャベツ	ミルク	つぶし粥 トマトのペースト キャベツのペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 トマト キャベツ 絹豆腐	ミルク
9・23	水	つぶし粥 じゃがいものペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ	米 じゃがいも ブロッコリー	ミルク	つぶし粥 じゃがいものペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 じゃがいも ブロッコリー 白身魚 片栗粉	ミルク
10・24	木	つぶし粥 人参のペースト チンゲン菜のペースト 野菜スープ	米 人参 チンゲン菜	ミルク	つぶし粥 人参のペースト チンゲン菜のペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 人参 チンゲン菜 白身魚 片栗粉	ミルク
11・25	金	つぶし粥 じゃがいものペースト きゅうりのペースト 野菜スープ	米 じゃがいも きゅうり	ミルク	つぶし粥 じゃがいものペースト きゅうりのペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 じゃがいも きゅうり 絹豆腐	ミルク
12・26	土	つぶし粥 玉葱のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ	米 玉葱 ほうれん草	ミルク	つぶし粥 玉葱のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ	米 玉葱 ほうれん草	ミルク
14・28	月	つぶし粥 キャベツのペースト かぶのペースト 野菜スープ	米 キャベツ かぶ	ミルク	つぶし粥 キャベツのペースト かぶのペースト 野菜スープ	米 キャベツ かぶ	ミルク
29	火	つぶし粥 かぼちゃのペースト トマトのペースト 野菜スープ	米 かぼちゃ トマト	ミルク	つぶし粥 かぼちゃのペースト トマトのペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 かぼちゃ トマト 絹豆腐	ミルク
30	水	つぶし粥 じゃがいものペースト 玉葱のペースト 野菜スープ	米 じゃがいも 玉葱	ミルク	つぶし粥 じゃがいものペースト 玉葱のペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 じゃがいも 玉葱 絹豆腐	ミルク
31	木	つぶし粥 人参のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ	米 人参 ほうれん草	ミルク	つぶし粥 人参のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 人参 ほうれん草 白身魚 片栗粉	ミルク

※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ください。

令和7年7月 補食献立表

新宿区立あいじつ子ども園

日・曜日		献立名	使用食材
1・15	火	カラフルピラフ ズッキーニと葱のスープ	米 赤ピーマン ほうれん草 バター 油 塩 こしょう ズッキーニ 葱 塩 醤油
2・16	水	ご飯 かぼちゃの煮物	米 かぼちゃ 人参 玉葱 みりん 砂糖 醤油
3・17	木	味噌にゅうめん 果物	そうめん 玉葱 人参 みりん 味噌 果物
4・18	金	おにぎり じゃがいもともやしの味噌汁	米 塩 じゃがいも もやし 味噌
5・19	土	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
7	月	コーンおにぎり 葱とかぼちゃの味噌汁	米 ホールコーン缶 酒 塩 醤油 葱 かぼちゃ 味噌
8・22	火	雑炊 トマト	米 人参 葉葱 塩 醤油 トマト
9・23	水	クラッカー じゃがいものポタージュ	クラッカー 玉葱 じゃがいも 牛乳 バター 塩
10・24	木	青のりご飯 キャベツとチンゲン菜のすまし汁	米 青のり 塩 キャベツ チンゲン菜 塩 醤油
11・25	金	ツナポテト 牛乳	じゃがいも ツナ缶 人参 油 塩 こしょう 牛乳
12・26	土	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
14・28	月	ごま塩ご飯 即席漬風	米 ごま 塩 かぶ キャベツ 塩
29	火	コーンおにぎり 玉葱とかぼちゃの味噌汁	米 ホールコーン缶 酒 塩 醤油 玉葱 かぼちゃ 味噌
30	水	豚肉と野菜の炒め丼 人参とわかめのスープ	米 豚肉 玉葱 キャベツ 油 酒 みりん 塩 こしょう 醤油 人参 生わかめ 塩 醤油
31	木	チャプチェ 牛乳	春雨 人参 もやし ほうれん草 ごま油 塩 こしょう 砂糖 醤油 牛乳

※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ください。

※補食の給食時間は午後6時15分以降です。

補食は夕食の一部を提供しています。夕食で不足しているものを補ってください。

※果物は幼児食で提供しているもののいずれかになります。