

令和7年11月 献立表

新宿区立あいじつ子ども園

午前おやつ			昼 食		午後おやつ	
献立名			献立名		献立名	
使用食材			使用食材		使用食材	
1	土	牛乳 みかん	おかかご飯 豚肉と生揚げのうま煮 じゃがいもの味噌汁	米 かつお節 醤油 豚肉 人参 大根 生揚げ 油 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 玉葱 ほうれん草 味噌	牛乳／果物 菓子	牛乳／バナナ 菓子
4 ・ 18	火	ヨーグルト	肉みそパゲッティ かぼちゃサラダ 豆腐のスープ 果物	スパゲッティ 豚ひき肉 生姜 玉葱 人参 片栗粉 オリーブオイル 油 みりん 砂糖 醤油 味噌 かぼちゃ 人参 きゅうり 油 砂糖 塩 酢 豆腐 豆苗 塩 醤油 みかん	牛乳／果物 カラフル チャーハン	牛乳／バナナ 米 玉葱 ホールコーン缶 ピーマン 油 塩 こしょう 醤油
5 ・ 19	水	牛乳 菓子	吹き寄せご飯 焼き魚 ごま和え 白菜のすまし汁 果物	米 さつまいも 鶏肉 人参 しめじ さやえんどう 酒 砂糖 塩 醤油 魚 油 塩 小松菜 人参 すりごま 砂糖 醤油 白菜 もやし 葉葱 塩 醤油 バナナ	牛乳／果物 黒糖ドーナツ	牛乳／りんご 牛乳 ホットケーキの素 油 黒砂糖
6 ・ 20	木	牛乳 バナナ	パン 卵と豆腐のキッシュ風 ポイルポテト 切干大根のフレンチ風 レタスのスープ	食パン 玉葱 ほうれん草 豆腐 卵 粉チーズ 牛乳 塩 こしょう トマトケチャップ じゃがいも 塩 切干大根 きゅうり ハム 油 砂糖 塩 酢 レタス 人参 塩 醤油	牛乳／果物 そばろおにぎり	牛乳／キウイフルーツ 米 鶏ひき肉 生姜 酒 みりん 砂糖 醤油
7 ・ 21	金	ヨーグルト	★21日誕生会★ ★24日は和食の日★ (7日)ご飯 (21日)おにぎり 豚肉と里いもの煮物 ごぼうのきんぴら 玉葱の味噌汁(21日)果物		牛乳／果物 にゅうめん	牛乳／バナナ そうめん 鶏肉 生わかめ 葱 みりん 砂糖 塩 醤油
8 ・ 22	土	牛乳 菓子	ご飯 かぼちゃのそばろ煮 具だくさん味噌汁	米 鶏ひき肉 かぼちゃ 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 豆腐 人参 チンゲン菜 味噌	牛乳／果物 菓子	牛乳／みかん 菓子
10	月	牛乳 菓子	中華丼 春雨和え さつまいもの味噌汁 果物	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 生椎茸 片栗粉 油 塩 酒 みりん 砂糖 醤油 春雨 きゅうり 人参 砂糖 塩 酢 さつまいも もやし 味噌 りんご	牛乳／果物 マカロニの きな粉かけ	牛乳／バナナ マカロニ きな粉 砂糖 塩
11 ・ 25	火	牛乳 バナナ	ご飯 豆腐入り煮込みハンバーグ ポイルブロッコリー ツナのサラダ かぶのスープ	米 玉葱 人参 豚ひき肉 豆腐 パン粉 トマトジュース 片栗粉 油 塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース／ブロッコリー ツナ缶 きゅうり 生わかめ キャベツ 油 砂糖 塩 酢 かぶ えのきだけ かぶの葉 塩 醤油	牛乳／果物 ほうれん草 蒸しパン	牛乳／みかん 牛乳 ほうれん草 小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖
12 ・ 26	水	ヨーグルト	チキンカレーライス 野菜とベーコンのサラダ 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 れんこん 白菜 ベーコン 油 砂糖 酢 醤油 みかん	牛乳 グレープゼリー 菓子	牛乳 粉寒天 ぶどうジュース 砂糖 菓子
13 ・ 27	木	牛乳 菓子	パン 鶏肉のバーベキューソース トマト コーンサラダ ウインナーのスープ	ロールパン 鶏肉 にんにく りんご 葱 レモン果汁 塩 こしょう 酒 砂糖 酢 醤油 トマト もやし ブロッコリー ホールコーン缶 油 砂糖 塩 酢 じゃがいも 人参 ウインナー 塩 醤油	牛乳／果物 青のりおにぎり	牛乳／りんご 米 青のり 塩
14	金	牛乳 みかん	★七五三のお祝い膳★ 赤飯 魚のフライ ポイルキャベツ 三色なます 花麩のすまし汁		バナナ ヨーグルト 菓子	バナナ プレーンヨーグルト 砂糖 菓子
15 ・ 29	土	ヨーグルト	肉うどん 鶏肉とさつまいもの煮物 果物	乾麺 豚肉 人参 葱 小松菜 みりん 砂糖 塩 醤油 鶏肉 さつまいも 玉葱 人参 みりん 砂糖 醤油 バナナ	牛乳／果物 菓子	牛乳／みかん 菓子
17	月	牛乳 菓子	ご飯 春雨と野菜の豚肉炒め 麩の味噌汁 果物	米 にんにく 豚肉 人参 キャベツ 春雨 チンゲン菜 ごま油 砂糖 塩 醤油 大根 なす 麩 味噌 みかん	牛乳／果物 米粉豆乳ケーキ	牛乳／バナナ 豆乳 レーズン 米粉 ベーキングパウダー 油 砂糖 塩
28	金	牛乳 みかん	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 煮豆 大根のすまし汁	米 鮭 人参 玉葱 キャベツ 油 酒 みりん 砂糖 味噌 金時豆 砂糖 塩 大根 葱 塩 醤油	牛乳／果物 フライドポテト	牛乳／バナナ じゃがいも 油 塩

※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。

11月24日は「和食の日」です。“いい日本食”の語呂合わせから制定され、和食文化を守り、伝えていくことの大切さについて考える日とされています。園では日々手作りのだしを使った給食や行事食等を通じて、和食の魅力を伝えています。

給与目標	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
	450kcal	19.0g	550kcal	23.0g
平均	465kcal	18.7g	547kcal	21.5g

令和7年11月 献立表（完了食）

新宿区立あいじつ子ども園

午前おやつ			昼 食		午後おやつ	
献立名			献立名		献立名	
使用食材			使用食材		使用食材	
1	土	牛乳 みかん	おかかご飯 豚肉と生揚げのうま煮 じゃがいもの味噌汁	米 かつお節 醤油 豚肉 人参 大根 生揚げ 油 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 玉葱 ほうれん草 味噌	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
4 ・ 18	火	ヨーグルト	肉みそスパゲッティ かぼちゃサラダ 豆腐のスープ 果物	スパゲッティ 豚ひき肉 生姜 玉葱 人参 片栗粉 オリーブオイル 油 みりん 砂糖 醤油 味噌 かぼちゃ 人参 きゅうり 油 砂糖 塩 酢 豆腐 豆苗 塩 醤油 みかん	牛乳 / 果物 カラフル チャーハン	牛乳 / バナナ 米 玉葱 ホールコーン缶 ピーマン 油 塩 こしょう 醤油
5 ・ 19	水	牛乳 菓子	吹き寄せご飯 焼き魚 ごま和え 白菜のすまし汁 果物	米 さつまいも 鶏肉 人参 しめじ さやえんどう 酒 砂糖 塩 醤油 魚 油 塩 小松菜 人参 すりごま 砂糖 醤油 白菜 もやし 葉葱 塩 醤油 バナナ	牛乳 / 果物 黒糖ドーナツ	牛乳 / りんご(煮) 牛乳 ホットケーキの素 油 黒砂糖
6 ・ 20	木	牛乳 バナナ	パン 卵と豆腐のキッシュ風 ポイルポテト 切干大根のフレンチ風 レタスのスープ	食パン 玉葱 ほうれん草 豆腐 卵 粉チーズ 牛乳 塩 こしょう トマトケチャップ じゃがいも 塩 切干大根 きゅうり ハム 油 砂糖 塩 酢 レタス 人参 塩 醤油	牛乳 / 果物 そばろおにぎり	牛乳 / キウイフルーツ 米 鶏ひき肉 生姜 酒 みりん 砂糖 醤油
7 ・ 21	金	ヨーグルト	★21日誕生会★ ★24日は和食の日★ (7日)ご飯 (21日)おにぎり 豚肉と里いもの煮物 ごぼうのきんぴら煮 玉葱の味噌汁(21日)果物		牛乳 / 果物 にゅうめん	牛乳 / バナナ そうめん 鶏肉 生わかめ 葱 みりん 砂糖 塩 醤油
8 ・ 22	土	牛乳 菓子	ご飯 かぼちゃのそばろ煮 具だくさん味噌汁	米 鶏ひき肉 かぼちゃ 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 豆腐 人参 チンゲン菜 味噌	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / みかん 菓子
10	月	牛乳 菓子	中華丼 春雨和え さつまいもの味噌汁 果物	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 生椎茸 片栗粉 油 塩 酒 みりん 砂糖 醤油 春雨 きゅうり 人参 砂糖 塩 酢 さつまいも もやし 味噌 りんご(煮)	牛乳 / 果物 マカロニの きな粉かけ	牛乳 / バナナ マカロニ きな粉 砂糖 塩
11 ・ 25	火	牛乳 バナナ	ご飯 豆腐入り煮込みハンバーグ ポイルブロッコリー ツナのサラダ かぶのスープ	米 玉葱 人参 豚ひき肉 豆腐 パン粉 トマトジュース 片栗粉 油 塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース / ブロッコリー ツナ缶 きゅうり 生わかめ キャベツ 油 砂糖 塩 酢 かぶ えのきだけ かぶの葉 塩 醤油	牛乳 / 果物 ほうれん草 蒸しパン	牛乳 / みかん 牛乳 ほうれん草 小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖
12 ・ 26	水	ヨーグルト	チキンカレーライス 野菜とベーコンのサラダ 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 白菜 ベーコン 油 砂糖 酢 醤油 みかん	牛乳 グレープゼリー 菓子	牛乳 粉寒天 ぶどうジュース 砂糖 菓子
13 ・ 27	木	牛乳 菓子	パン 鶏肉のバーベキューソース トマト コーンサラダ ウインナーのスープ	ロールパン 鶏肉 にんにく りんご 葱 レモン果汁 塩 こしょう 酒 砂糖 酢 醤油 トマト もやし ブロッコリー ホールコーン缶 油 砂糖 塩 酢 じゃがいも 人参 ウインナー 塩 醤油	牛乳 / 果物 青のりおにぎり	牛乳 / りんご(煮) 米 青のり 塩
14	金	牛乳 みかん	★七五三のお祝い膳★ 赤飯 魚のフライ ポイルキャベツ 三色なます 花麩のすまし汁		バナナ ヨーグルト 菓子	バナナ プレーンヨーグルト 砂糖 菓子
15 ・ 29	土	ヨーグルト	肉うどん 鶏肉とさつまいもの煮物 果物	乾麺 豚肉 人参 葱 小松菜 みりん 砂糖 塩 醤油 鶏肉 さつまいも 玉葱 人参 みりん 砂糖 醤油 バナナ	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / みかん 菓子
17	月	牛乳 菓子	ご飯 春雨と野菜の豚肉炒め 麩の味噌汁 果物	米 にんにく 豚肉 人参 キャベツ 春雨 チンゲン菜 ごま油 砂糖 塩 醤油 大根 なす 麩 味噌 みかん	牛乳 / 果物 米粉豆乳ケーキ	牛乳 / バナナ 豆乳 レーズン 米粉 ベーキングパウダー 油 砂糖 塩
28	金	牛乳 みかん	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 煮豆 大根のすまし汁	米 鮭 人参 玉葱 キャベツ 油 酒 みりん 砂糖 味噌 金時豆 砂糖 塩 大根 葱 塩 醤油	牛乳 / 果物 フライドポテト	牛乳 / バナナ じゃがいも 油 塩

※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11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	土	お粥または軟飯 野菜のおかか煮 じゃがいもとほうれん草の味噌汁	米 人参 大根 かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも ほうれん草 味噌	ほうれん草粥または ほうれん草軟飯 紅白煮 豆腐と玉葱のすまし汁	米 ほうれん草 じゃがいも 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 絹豆腐 玉葱 醤油
4	火	豚肉入り焼きうどん風 豆腐とかぼちゃ煮 玉葱ときゅうりのスープ	乾麺 豚ひき肉 人参 油 醤油 絹豆腐 かぼちゃ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 きゅうり 塩	玉葱粥または玉葱軟飯 人参とかぼちゃの味噌汁 みかんヨーグルト	米 玉葱 人参 かぼちゃ 味噌 ヨーグルト みかん
5	水	お粥または軟飯 魚のごまあんかけ煮 白菜と葉葱のすまし汁	米 白身魚 人参 さつまいも 小松菜 すりごま 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 白菜 葉葱 醤油	葉葱おかか粥または 葉葱おかか軟飯 白菜と人参のスープ煮 さつまいもと小松菜の味噌汁	米 葉葱 かつお節 白菜 人参 片栗粉 砂糖 塩 さつまいも 小松菜 味噌
6	木	パン粥またはトースト 鶏肉の卵とじ レタスと人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 玉葱 きゅうり 卵 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 レタス 人参 塩	チーズ人参粥または チーズ人参軟飯 豆腐の味噌汁 果物	米 粉チーズ 人参 絹豆腐 じゃがいも きゅうり 味噌 バナナ
7	金	お粥または軟飯 ミニ肉団子の煮物 キャベツと葱の味噌汁	米 鶏ひき肉 玉葱 里いも 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 キャベツ 葱 味噌	にゅうめん 野菜のミルク煮 スティック人参 チンゲン菜粥または チンゲン菜軟飯	そうめん 葱 生わかめ みりん 醤油 玉葱 キャベツ 牛乳 片栗粉 砂糖 人参 醤油
8	土	お粥または軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 人参とチンゲン菜の味噌汁	米 鶏ひき肉 かぼちゃ 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 チンゲン菜 味噌	チンゲン菜粥または チンゲン菜軟飯 玉葱と人参煮 豆腐とかぼちゃのスープ	米 チンゲン菜 玉葱 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 絹豆腐 かぼちゃ 塩
10	月	お粥または軟飯 春雨と鶏肉の煮物 さつまいもと玉葱の味噌汁	米 春雨 鶏ひき肉 人参 白菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも 玉葱 味噌	きな粉粥またはきな粉軟飯 貝だくさんスープ スティック人参	米 きな粉 白菜 きゅうり 玉葱 塩 人参 醤油
11	火	お粥または軟飯 豆腐の野菜あんかけ かぶときゅうりのすまし汁	米 絹豆腐 玉葱 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 かぶ きゅうり 醤油	ほうれん草蒸しパン ツナと野菜煮 人参とわかめのスープ	牛乳 ほうれん草 小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖 ツナ缶 ブロッコリー きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 生わかめ 塩
12	水	お粥または軟飯 鶏肉のオーロラ煮 白菜とじゃがいものスープ	米 鶏ひき肉 人参 トマトピューレ 玉葱 片栗粉 砂糖 醤油 白菜 じゃがいも 塩	ポテト粥またはポテト軟飯 野菜の味噌汁 ヨーグルト	米 じゃがいも 人参 玉葱 白菜 味噌 ヨーグルト
13	木	パン粥またはトースト 鶏肉とブロッコリー煮 じゃがいもと人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 ブロッコリー 葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 人参 塩	青のり葱粥または 青のり葱軟飯 貝だくさん味噌汁 りんごのコンポート	米 青のり 葱 麩 トマト じゃがいも 味噌 りんご
14	金	お粥または軟飯 魚と野菜のうま煮 玉葱とほうれん草のすまし汁	米 白身魚 キャベツ 大根 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 ほうれん草 醤油	味噌にゅうめん 人参ときゅうりの洋風煮 バナナヨーグルト	そうめん 玉葱 みりん 味噌 人参 きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 プレーンヨーグルト バナナ 砂糖
15	土	お粥または軟飯 鶏肉とさつまいも煮 果物	米 鶏ひき肉 さつまいも 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 バナナ	おかか粥またはおかか軟飯 さつまいもと玉葱のスープ煮 人参と葱のスープ	米 かつお節 さつまいも 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 人参 葱 塩
17	月	お粥または軟飯 春雨と鶏肉の煮物 大根となすの味噌汁	米 春雨 鶏ひき肉 人参 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 なす 味噌	キャベツ粥または キャベツ軟飯 麩と野菜のスープ 果物	米 キャベツ 麩 人参 チンゲン菜 塩 バナナ
28	金	お粥または軟飯 魚の味噌煮 大根と葱のすまし汁	米 白身魚 人参 キャベツ 片栗粉 みりん 味噌 大根 葱 醤油	大根粥または大根軟飯 じゃがいものミルクスープ スティック人参 煮豆	米 大根 じゃがいも 玉葱 牛乳 塩 人参 醤油 金時豆 砂糖

※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11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	土	お粥 野菜のおかか煮 じゃがいもとほうれん草の味噌汁	米 人参 大根 かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも ほうれん草 味噌	ほうれん草粥 紅白煮 豆腐と玉葱のすまし汁	米 ほうれん草 じゃがいも 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 絹豆腐 玉葱 醤油
4	火	焼さうどん風 豆腐とかぼちゃ煮 玉葱ときゅうりのスープ	乾麺 人参 油 醤油 絹豆腐 かぼちゃ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 きゅうり 塩	玉葱粥 人参とかぼちゃの味噌汁 みかんヨーグルト	米 玉葱 人参 かぼちゃ 味噌 ヨーグルト みかん
5	水	お粥 魚のあんかけ煮 白菜と葉葱のすまし汁	米 白身魚 人参 さつまいも 小松菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 白菜 葉葱 醤油	葉葱おかか粥 白菜と人参のスープ煮 さつまいもと小松菜の味噌汁	米 葉葱 かつお節 白菜 人参 片栗粉 砂糖 塩 さつまいも 小松菜 味噌
6	木	パン粥 鶏肉と野菜煮 レタスと人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 玉葱 きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 レタス 人参 塩	チーズ人参粥 豆腐の味噌汁 果物	米 粉チーズ 人参 絹豆腐 じゃがいも きゅうり 味噌 バナナ
7	金	お粥 鶏肉のうま煮 キャベツと葱の味噌汁	米 鶏ひき肉 玉葱 里いも 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 キャベツ 葱 味噌	にゅうめん 野菜のミルク煮 人参煮	そうめん 葱 生わかめ みりん 醤油 玉葱 キャベツ 牛乳 片栗粉 砂糖 人参 片栗粉 醤油
8	土	お粥 かぼちゃのそぼろ煮 人参とチンゲン菜の味噌汁	米 鶏ひき肉 かぼちゃ 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 チンゲン菜 味噌	チンゲン菜粥 玉葱と人参煮 豆腐とかぼちゃのスープ	米 チンゲン菜 玉葱 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 絹豆腐 かぼちゃ 塩
10	月	お粥 春雨と鶏肉の煮物 さつまいもと玉葱の味噌汁	米 春雨 鶏ひき肉 人参 白菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも 玉葱 味噌	きな粉粥 貝だくさんスープ 人参煮	米 きな粉 白菜 きゅうり 玉葱 塩 人参 片栗粉 醤油
11	火	お粥 豆腐の野菜あんかけ かぶときゅうりのすまし汁	米 絹豆腐 玉葱 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 かぶ きゅうり 醤油	ほうれん草粥 ツナと野菜煮 人参とわかめのスープ	米 ほうれん草 ツナ缶 ブロッコリー きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 生わかめ 塩
12	水	お粥 鶏肉のオーロラ煮 白菜とじゃがいものスープ	米 鶏ひき肉 人参 トマトピューレ 玉葱 片栗粉 砂糖 醤油 白菜 じゃがいも 塩	ポテト粥 野菜の味噌汁 ヨーグルト	米 じゃがいも 人参 玉葱 白菜 味噌 ヨーグルト
13	木	パン粥 鶏肉とブロッコリー煮 じゃがいもと人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 ブロッコリー 葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 人参 塩	青のり葱粥 貝だくさん味噌汁 りんごのコンポート	米 青のり 葱 麩 トマト じゃがいも 味噌 りんご
14	金	お粥 魚と野菜のうま煮 玉葱とほうれん草のすまし汁	米 白身魚 キャベツ 大根 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 ほうれん草 醤油	味噌にゅうめん 人参ときゅうりの洋風煮 バナナヨーグルト	そうめん 玉葱 みりん 味噌 人参 きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 プレーンヨーグルト バナナ 砂糖
15	土	お粥 鶏肉とさつまいも煮 果物	米 鶏ひき肉 さつまいも 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 バナナ	おかか粥 さつまいもと玉葱のスープ煮 人参と葱のスープ	米 かつお節 さつまいも 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 人参 葱 塩
17	月	お粥 春雨と鶏肉の煮物 大根となすの味噌汁	米 春雨 鶏ひき肉 人参 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 なす 味噌	キャベツ粥 麩と野菜のスープ 果物	米 キャベツ 麩 人参 チンゲン菜 塩 バナナ
28	金	お粥 魚の味噌煮 大根と葱のすまし汁	米 白身魚 人参 キャベツ 片栗粉 みりん 味噌 大根 葱 醤油	大根粥 じゃがいものミルクスープ 人参煮	米 大根 じゃがいも 玉葱 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ください。

令和7年11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	土	つぶし粥 ほうれん草のペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 ほうれん草 じゃがいも	ミルク	つぶし粥 ほうれん草のペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 ほうれん草 じゃがいも	ミルク
4 ・ 18	火	つぶし粥 かぼちゃのペースト きゅうりのペースト 野菜スープ	米 かぼちゃ きゅうり	ミルク	つぶし粥 かぼちゃのペースト きゅうりのペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 かぼちゃ きゅうり 絹豆腐	ミルク
5 ・ 19	水	つぶし粥 さつまいものペースト 白菜のペースト 野菜スープ	米 さつまいも 白菜	ミルク	つぶし粥 さつまいものペースト 白菜のペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 さつまいも 白菜 白身魚 片栗粉	ミルク
6 ・ 20	木	つぶし粥 じゃがいものペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 じゃがいも 人参	ミルク	つぶし粥 じゃがいものペースト 人参のペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 じゃがいも 人参 絹豆腐	ミルク
7 ・ 21	金	つぶし粥 キャベツのペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 キャベツ 人参	ミルク	つぶし粥 キャベツのペースト 人参のペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 キャベツ 人参 白身魚 片栗粉	ミルク
8 ・ 22	土	つぶし粥 玉葱のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ	米 玉葱 かぼちゃ	ミルク	つぶし粥 玉葱のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ	米 玉葱 かぼちゃ	ミルク
10	月	つぶし粥 さつまいものペースト 白菜のペースト 野菜スープ	米 さつまいも 白菜	ミルク	つぶし粥 さつまいものペースト 白菜のペースト 野菜スープ	米 さつまいも 白菜	ミルク
11 ・ 25	火	つぶし粥 かぶのペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ	米 かぶ ほうれん草	ミルク	つぶし粥 かぶのペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 かぶ ほうれん草 絹豆腐	ミルク
12 ・ 26	水	つぶし粥 じゃがいものペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 じゃがいも 人参	ミルク	つぶし粥 じゃがいものペースト 人参のペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 じゃがいも 人参 白身魚 片栗粉	ミルク
13 ・ 27	木	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 豆腐のペースト	米 じゃがいも ブロッコリー 絹豆腐	ミルク
14	金	つぶし粥 大根のペースト キャベツのペースト 野菜スープ	米 大根 キャベツ	ミルク	つぶし粥 大根のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 大根 キャベツ 白身魚 片栗粉	ミルク
15 ・ 29	土	つぶし粥 玉葱のペースト さつまいものペースト 野菜スープ	米 玉葱 さつまいも	ミルク	つぶし粥 玉葱のペースト さつまいものペースト 野菜スープ	米 玉葱 さつまいも	ミルク
17	月	つぶし粥 大根のペースト チンゲン菜のペースト 野菜スープ	米 大根 チンゲン菜	ミルク	つぶし粥 大根のペースト チンゲン菜のペースト 野菜スープ	米 大根 チンゲン菜	ミルク
28	金	つぶし粥 大根のペースト キャベツのペースト 野菜スープ	米 大根 キャベツ	ミルク	つぶし粥 大根のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 大根 キャベツ 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。