

令和8年2月 中期食献立表

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
2・16	月	お粥 鶏肉の味噌煮 玉葱と白菜のすまし汁	米 鶏ひき肉 ジャがいも 葱 片栗粉 みりん 味噌 玉葱 白菜 醤油	お粥 野菜のスープ煮 具だくさんスープ	米 白菜 人参 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 じゃがいも 小松菜 麩 塩
3	火	お粥 魚のあんかけ煮 さつまいもとキャベツの味噌汁	米 白身魚 人参 さゆうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも キャベツ 味噌	さつまいも粥 きゅうりとトマトのスープ バナナヨーグルト	米 さつまいも きゅうり トマト 塩 ヨーグルト バナナ
4・18	水	パン粥 鶏肉ソテー煮 チンゲン菜と人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 ブロッコリー 大根 片栗粉 油 砂糖 塩 チンゲン菜 人参 塩	ブロッコリー粥 野菜煮 大根と豆腐の味噌汁	米 ブロッコリー 白菜 人参 チンゲン菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 絹豆腐 味噌
5・19	木	お粥 野菜のツナ煮 大根ときゅうりのスープ	米 人参 ほうれん草 ツナ缶 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 きゅうり 塩	キャベツおかか粥 じゃがいもとほうれん草の味噌汁 人参煮	米 キャベツ かつお節 じゃがいも ほうれん草 味噌 人参 片栗粉 醤油
6・20	金	お粥 鶏肉の煮物 人参と葉葱の味噌汁	米 鶏ひき肉 玉葱 里いも キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 葉葱 味噌	青のりにゆうめん 豆腐の洋風煮 果物	そうめん キャベツ 青のり みりん 醤油 絹豆腐 玉葱 人参 片栗粉 砂糖 塩 みかん
7・21	土	煮込みうどん さつまいものそぼろ煮 果物	乾麺 人参 小松菜 みりん 醤油 鶏ひき肉 さつまいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 バナナ	お粥 野菜と麩煮 さつまいもと葱の味噌汁	米 人参 玉葱 麩 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも 葱 味噌
9	月	お粥 鶏肉のスープ煮 かぶと人参の味噌汁	米 鶏ひき肉 トマト きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 かぶ 人参 味噌	わかめトマト粥 野菜と麩のすまし汁 人参煮	米 トマト 生わかめ きゅうり かぶ 麩 醤油 人参 片栗粉 醤油
10・24	火	焼きうどん風 レタスとほうれん草のスープ 果物	乾麺 鶏ひき肉 人参 油 醤油 レタス ほうれん草 塩 バナナ	納豆粥 さつまいもと人参煮 玉葱ときゅうりの味噌汁	米 ひきわり納豆 葱 醤油 さつまいも 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 きゅうり 味噌
12・26	木	お粥 魚の煮物 白菜とさつまいもの味噌汁	米 白身魚 大根 キャベツ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 白菜 さつまいも 味噌	チンゲン菜粥 野菜のミルクスープ りんごのコンポート	米 チンゲン菜 人参 大根 牛乳 塩 りんご
13・27	金	お粥 鶏肉のオーロラ煮 小松菜と人参のスープ	米 鶏ひき肉 玉葱 トマトピューレ じゃがいも 片栗粉 砂糖 醤油 小松菜 人参 塩	玉葱粥 じゃがいもと小松菜の味噌汁 みかんヨーグルト	米 玉葱 じゃがいも 小松菜 味噌 ヨーグルト みかん
14・28	土	お粥 麩と野菜の煮物 大根となすの味噌汁	米 玉葱 ほうれん草 麩 片栗粉 砂糖 みりん 醤油 大根 なす 味噌	お粥 なすのおかか煮 ほうれん草と人参のスープ	米 なす 玉葱 かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 ほうれん草 人参 塩
17	火	お粥 鶏肉とさつまいものうま煮 大根と葱の味噌汁	米 鶏ひき肉 さつまいも 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 葱 味噌	かぶ粥 さつまいもと人参のスープ バナナヨーグルト	米 かぶ さつまいも 人参 塩 ヨーグルト バナナ
25	水	お粥 野菜の洋風煮 玉葱と大根のスープ	米 キャベツ 葱 片栗粉 砂糖 塩 玉葱 大根 塩	パン粥 野菜のきな粉煮 春雨とキャベツのすまし汁	食パン きゅうり 玉葱 人参 きな粉 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 春雨 キャベツ 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。