

令和8年3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
2月16日	牛乳 菓子	わかめうどん 生揚げのそぼろあん 果物	乾麺 豚肉 人参 葱 小松菜 生わかめ みりん 砂糖 塩 醤油 鶏ひき肉 生揚げ 人参 大根 さやいんげん 片栗粉 油 みりん 砂糖 醤油 バナナ		牛乳 / 果物 じゃがバター	牛乳 / キウイフルーツ じゃがいも バター
3月	牛乳 バナナ	★ひな祭り★ 鮭ずし 筑前煮 花麩のすまし汁 菓子	米 甘塩鮭 きゅうり ホールコーン缶 刻みのり 酢 砂糖 塩 鶏肉 人参 大根 干し椎茸 ごぼう 里いも さやえんどう 油 みりん 砂糖 醤油 花麩 菜花 塩 醤油 菓子		牛乳 バナナコッタ 果物	牛乳 粉寒天 牛乳 生クリーム 苺ジャム 砂糖 りんご
4月18日	ヨーグルト	ご飯 ぎせい豆腐 れんこんのきんぴら煮 じゃがいもの味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 葱 豆腐 さやいんげん 卵 片栗粉 油 みりん 塩 醤油 れんこん 人参 ごま油 酒 砂糖 醤油 じゃがいも 玉葱 味噌		★お彼岸 17~23日★ 牛乳 / 果物 (4日)きな粉 おにぎり (18日)ぼたもち	牛乳 / みかん類 米 きな粉 砂糖 塩 米 もち米 きな粉 すりごま 砂糖 塩
5月19日	牛乳 菓子	★5日は誕生会★ (5日)パンケーキ (19日)ご飯 鶏肉のパーベキューソース ポイルブロッコリー 切干大根のサラダ キャベツのスープ	(5日)ホットケーキの素 牛乳 油 苺ジャム 苺 (19日)米 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 ブロッコリー 切干大根 きゅうり 人参 油 砂糖 塩 酢 キャベツ 小松菜 塩 醤油		牛乳 / 果物 きつねさん ご飯	牛乳 / バナナ 米 油揚げ 人参 酒 砂糖 醤油
6月	ヨーグルト	焼き肉丼 ツナ和え 豆腐の味噌汁 果物	米 生姜 豚肉 人参 玉葱 さやいんげん 油 酒 みりん 砂糖 醤油 もやし きゅうり ツナ缶 砂糖 塩 酢 豆腐 菜葱 味噌 りんご		牛乳 / 果物 お芋スティック	牛乳 / みかん類 さつまいも 油 砂糖
7月21日	牛乳 みかん類	茶飯 豚肉と車麩のうま煮 ほうれん草のすまし汁	米 酒 醤油 車麩 豚肉 人参 玉葱 みりん 砂糖 醤油 ほうれん草 葱 塩 醤油		牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
9月23日	牛乳 バナナ	ご飯 豚肉の甘酢ソテー ポイルポテト 野菜のおかか和え 大根の味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 ピーマン 生姜 片栗粉 油 酒 みりん 砂糖 酢 醤油 じゃがいも 塩 人参 キャベツ チンゲン菜 かつお節 醤油 大根 えのきだけ 味噌		牛乳 / 果物 黒糖蒸しパン	牛乳 / りんご 牛乳 レーズン 小麦粉 ベーキングパウダー バター 黒砂糖
10月24日	ヨーグルト	五目ラーメン バイクドチーズポテト 果物	生中華麺 生姜 にんにく 豚肉 白菜 人参 もやし 葱 ごま油 酒 塩 醤油 ベーコン 玉葱 じゃがいも 粉チーズ 油 塩 こしょう みかん類		牛乳 / 果物 ツナピラフ	牛乳 / バナナ 米 玉葱 人参 ピーマン ツナ缶 バター 油 塩 こしょう
11月25日	牛乳 みかん類	カレーライス じゃこ和え 果物	米 生姜 にんにく 豚肉 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 ブロッコリー きゅうり 人参 じゃこ 醤油 キウイフルーツ		牛乳 アップルゼリー 菓子	牛乳 りんごジュース 粉寒天 砂糖 菓子
12月	ヨーグルト	★卒園祝い★ 赤飯 (3~5歳)フライ盛り合わせ (1~2歳)ささ身のフライ ポイルキャベツ 三色和え 玉葱のすまし汁	米 もち米 小豆 ごま 塩 えび ささ身 パン粉 小麦粉 油 塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース ささ身 パン粉 小麦粉 油 塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース キャベツ かぶ かぶの葉 人参 砂糖 塩 酢 玉葱 ほうれん草 塩 醤油		牛乳 フルーツポンチ 菓子	牛乳 バナナ キウイフルーツ 苺 砂糖 菓子
13月27日	牛乳 菓子	パン 鶏肉のクリーム煮 春雨とわかめのサラダ 豆腐のスープ	食パン 鶏肉 玉葱 人参 しめじ 牛乳 ブロッコリー 小麦粉 油 バター 塩 こしょう 春雨 きゅうり 人参 生わかめ 油 砂糖 酢 醤油 豆腐 レタス 塩 醤油		牛乳 / 果物 小松菜ご飯	牛乳 / みかん類 米 小松菜 油 砂糖 醤油
14月28日	牛乳 みかん類	チャーハン 貝だくさんスープ ヨーグルト	米 豚ひき肉 玉葱 人参 ピーマン 油 塩 こしょう 醤油 鶏肉 大根 もやし チンゲン菜 塩 醤油 ヨーグルト		牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
17月31日	牛乳 バナナ	パン チリコンカン風 コーンサラダ ベーコンのミルクスープ	ロールパン 玉葱 鶏ひき肉 人参 大豆水煮 トマト缶 ブロッコリー 小麦粉 油 塩 カレー粉 醤油 中濃ソース キャベツ きゅうり ホールコーン缶 油 砂糖 塩 酢 ベーコン さつまいも 玉葱 牛乳 塩		牛乳 / 果物 青のりおにぎり	牛乳 / みかん類 米 青のり 塩
26月	牛乳 キウイ フルーツ	ご飯 魚の竜田揚げ ポイルキャベツ 三色和え 麩の味噌汁	米 魚 生姜 片栗粉 油 酒 醤油 キャベツ かぶ かぶの葉 人参 砂糖 塩 酢 麩 玉葱 ほうれん草 味噌		牛乳 / 果物 焼きうどん	牛乳 / バナナ 乾麺 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 油 醤油 かつお節
30月	牛乳 みかん類	ご飯 魚の香味焼き トマト 白菜のゆかり和え 油揚げの味噌汁	米 魚 葱 生姜 油 みりん 砂糖 醤油 トマト 白菜 大根 ゆかり 玉葱 油揚げ 味噌		牛乳 / 果物 キャラット ホットケーキ	牛乳 / りんご 牛乳 人参 小麦粉 ベーキングパウダー 油 砂糖

※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。

今年度も残り一か月となりました。卒園や進級を迎える子どもたちは、心も体も大きく成長しました。子どもたちが食べることを楽しみながら、これからも元気で過ごせるようにと願っています。

	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	461kcal	18.9g	546kcal	22.0g

令和8年3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
2月16日	牛乳 菓子	わかめうどん 生揚げのそぼろあん 果物	乾麺 豚肉 人参 葱 小松菜 生わかめ みりん 砂糖 塩 醤油 鶏ひき肉 生揚げ 人参 大根 さやいんげん 片栗粉 油 みりん 砂糖 醤油 バナナ	牛乳 / 果物 じゃがバター	牛乳 / キウイフルーツ じゃがいも バター	
3月17日	牛乳 バナナ	★ひな祭り★ 鮭ずし 筑前煮 花麩のすまし汁 菓子	米 甘塩鮭 きゅうり ホールコーン缶 刻みのり 酢 砂糖 塩 鶏肉 人参 大根 ごぼう 里いも さやえんどう 油 みりん 砂糖 醤油 花麩 菜花 塩 醤油 菓子	牛乳 バナナコッタ 果物	牛乳 粉寒天 牛乳 生クリーム 苺ジャム 砂糖 りんご(煮)	
4月18日	ヨーグルト	ご飯 ぎせい豆腐 れんこんのきんぴら煮 じゃがいもの味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 葱 豆腐 さやいんげん 卵 片栗粉 油 みりん 塩 醤油 れんこん 人参 ごま油 酒 砂糖 醤油 じゃがいも 玉葱 味噌	★お彼岸 17~23日★ 牛乳 / 果物 (4日)きな粉 おにぎり (18日)ぼたもち		
5月19日	牛乳 菓子	★5日は誕生会★ (5日)パンケーキ (19日)ご飯 鶏肉のバーベキューソース ポイルブロッコリー 切干大根のサラダ キャベツのスープ	(5日)ホットケーキの素 牛乳 苺ジャム 苺 (19日)米 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 ブロッコリー 切干大根 きゅうり 人参 油 砂糖 塩 酢 キャベツ 小松菜 塩 醤油	牛乳 / 果物 きつねさん ご飯	牛乳 / バナナ 米 油揚げ 人参 酒 砂糖 醤油	
6月20日	ヨーグルト	焼き肉丼 ツナ和え 豆腐の味噌汁 果物	米 生姜 豚肉 人参 玉葱 さやいんげん 油 酒 みりん 砂糖 醤油 もやし きゅうり ツナ缶 砂糖 塩 酢 豆腐 葉葱 味噌 りんご(煮)	牛乳 / 果物 お芋スティック	牛乳 / みかん類 さつまいも 油 砂糖	
7月21日	牛乳 みかん類	茶飯 豚肉と車麩のうま煮 ほうれん草のすまし汁	米 酒 醤油 車麩 豚肉 人参 玉葱 みりん 砂糖 醤油 ほうれん草 葱 塩 醤油	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子	
9月23日	牛乳 バナナ	ご飯 豚肉の甘酢ソテー ポイルポテト 野菜のおかか和え 大根の味噌汁	米 豚肉 玉葱 人参 ピーマン 生姜 片栗粉 油 酒 みりん 砂糖 酢 醤油 じゃがいも 塩 人参 キャベツ チンゲン菜 かつお節 醤油 大根 えのきだけ 味噌	牛乳 / 果物 黒糖蒸しパン	牛乳 / りんご(煮) 牛乳 レーズン 小麦粉 ベーキングパウダー バター 黒砂糖	
10月24日	ヨーグルト	五目ラーメン バイクドチーズポテト 果物	生中華麺 生姜 にんにく 豚肉 白菜 人参 もやし 葱 ごま油 酒 塩 醤油 ベーコン 玉葱 じゃがいも 粉チーズ 油 塩 こしょう みかん類	牛乳 / 果物 ツナピラフ	牛乳 / バナナ 米 玉葱 人参 ピーマン ツナ缶 バター 油 塩 こしょう	
11月25日	牛乳 みかん類	カレーライス じゃこ和え 果物	米 生姜 にんにく 豚肉 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 ブロッコリー きゅうり 人参 じゃこ 醤油 キウイフルーツ	牛乳 アップルゼリー 菓子	牛乳 りんごジュース 粉寒天 砂糖 菓子	
12月26日	ヨーグルト	★卒園お祝い★ 赤飯 ささ身のフライ ポイルキャベツ 三色和え 玉葱のすまし汁	米 もち米 小豆 ごま 塩 ささ身 バン粉 小麦粉 油 塩 こしょう トマトケチャップ 中濃ソース キャベツ かぶ かぶの葉 人参 砂糖 塩 酢 玉葱 ほうれん草 塩 醤油	牛乳 フルーツボンチ 菓子	牛乳 バナナ キウイフルーツ 苺 砂糖 菓子	
13月27日	牛乳 菓子	パン 鶏肉のクリーム煮 春雨とわかめのサラダ 豆腐のスープ	食パン 鶏肉 玉葱 人参 しめじ 牛乳 ブロッコリー 小麦粉 油 バター 塩 こしょう 春雨 きゅうり 人参 生わかめ 油 砂糖 酢 醤油 豆腐 レタス 塩 醤油	牛乳 / 果物 小松菜おにぎり	牛乳 / みかん類 米 小松菜 油 砂糖 醤油	
14月28日	牛乳 みかん類	チャーハン 貝だくさんスープ ヨーグルト	米 豚ひき肉 玉葱 人参 ピーマン 油 塩 こしょう 醤油 鶏肉 大根 もやし チンゲン菜 塩 醤油 ヨーグルト	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子	
17月31日	牛乳 バナナ	パン チリコンカン風 コーンサラダ ベーコンのミルクスープ	ロールパン 玉葱 鶏ひき肉 人参 大豆水煮 トマト缶 ブロッコリー 小麦粉 油 塩 カレー粉 醤油 中濃ソース キャベツ きゅうり ホールコーン缶 油 砂糖 塩 酢 ベーコン さつまいも 玉葱 牛乳 塩	牛乳 / 果物 青のりおにぎり	牛乳 / みかん類 米 青のり 塩	
26月	牛乳 キウイ フルーツ	ご飯 魚の竜田揚げ ポイルキャベツ 三色和え 麩の味噌汁	米 魚 生姜 片栗粉 油 酒 醤油 キャベツ かぶ かぶの葉 人参 砂糖 塩 酢 麩 玉葱 ほうれん草 味噌	牛乳 / 果物 焼きうどん	牛乳 / バナナ 乾麺 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 油 醤油 かつお節	
30月	牛乳 みかん類	ご飯 魚の香味焼き トマト 白菜のゆかり和え 油揚げの味噌汁	米 魚 葱 生姜 油 みりん 砂糖 醤油 トマト 白菜 大根 ゆかり 玉葱 油揚げ 味噌	牛乳 / 果物 キャロット ホットケーキ	牛乳 / りんご(煮) 牛乳 人参 小麦粉 ベーキングパウダー 油 砂糖	

※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8年3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
2月16日	わかめうどん 鶏肉のそぼろあん スティック人参	乾麺 生わかめ 葱 みりん 醤油 鶏ひき肉 大根 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 醤油	小松菜粥または小松菜軟飯 麩の味噌煮 葱と大根のスープ	米 小松菜 じゃがいも 人参 麩 片栗粉 みりん 味噌 葱 大根 塩
3月	お粥または軟飯 魚の洋風あんかけ きゅうりと大根のすまし汁	米 白身魚 人参 里いも 片栗粉 砂糖 塩 きゅうり 大根 醤油	里いもおかか粥または 里いもおかか軟飯 大根と人参の味噌汁 果物	米 里いも かつお節 大根 人参 味噌 バナナ
4月18日	お粥または軟飯 鶏肉の卵とじ じゃがいもと玉葱の味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 葱 卵 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 玉葱 味噌	きな粉葱粥または きな粉葱軟飯 じゃがいも煮 玉葱と豆腐のスープ	米 きな粉 葱 じゃがいも 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 絹豆腐 塩
5月19日	お粥または軟飯 鶏肉のバター煮 キャベツと小松菜のスープ	米 鶏ひき肉 人参 ブロccoli 片栗粉 バター 砂糖 塩 キャベツ 小松菜 塩	人参がゆまたは人参軟飯 野菜のスープ煮 麩と野菜のすまし汁	米 人参 キャベツ 小松菜 片栗粉 砂糖 塩 ブロッコリー 葱 麩 醤油
6月	お粥または軟飯 豆腐と野菜の煮物 葉葱ときゅうりの味噌汁	米 絹豆腐 玉葱 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 葉葱 きゅうり 味噌	にゅうめん ツナと野菜の洋風煮 果物	そうめん 葉葱 みりん 醤油 ツナ缶 きゅうり 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 みかん類
7月21日	お粥または軟飯 野菜と麩煮 ほうれん草のすまし汁	米 人参 玉葱 麩 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 ほうれん草 葱 醤油	ほうれん草粥または ほうれん草軟飯 貝だくさんスープ 果物	米 ほうれん草 人参 玉葱 葱 塩 バナナ
9月23日	お粥または軟飯 ミニ肉団子の煮物 大根と人参の味噌汁	米 鶏ひき肉 玉葱 じゃがいも チンゲン菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 人参 味噌	チンゲン菜粥または チンゲン菜軟飯 大根とキャベツのおかか煮 人参と玉葱のスープ	米 チンゲン菜 大根 キャベツ かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 玉葱 塩
10月24日	煮込みうどん 鶏肉のスープ煮 スティック人参	乾麺 葱 みりん 醤油 鶏ひき肉 白菜 じゃがいも 片栗粉 砂糖 塩 人参 醤油	チーズ粥またはチーズ軟飯 野菜とツナ煮 葱と白菜の味噌汁	米 粉チーズ ツナ缶 玉葱 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 葱 白菜 味噌
11月25日	お粥または軟飯 鶏肉のオーロラ煮 きゅうりと人参のすまし汁	米 鶏ひき肉 トマトピューレ 玉葱 ブロッコリー 片栗粉 砂糖 醤油 きゅうり 人参 醤油	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味噌汁 果物	米 ブロッコリー 玉葱 じゃがいも 味噌 みかん類
12月	お粥または軟飯 魚と野菜のソテー煮 玉葱とほうれん草の味噌汁	米 白身魚 キャベツ かぶ 片栗粉 油 砂糖 塩 玉葱 ほうれん草 味噌	かぶ粥またはかぶ軟飯 キャベツと人参のスープ バナナヨーグルト	米 かぶ キャベツ 人参 塩 ヨーグルト バナナ
13月27日	パン粥またはトースト 鶏肉の洋風煮 レタスと人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 玉葱 ブロccoli 片栗粉 砂糖 塩 レタス 人参 塩	小松菜粥または小松菜軟飯 豆腐と春雨煮 玉葱ときゅうりのすまし汁	米 小松菜 絹豆腐 春雨 レタス 生わかめ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 きゅうり 醤油
14月28日	お粥または軟飯 野菜のミルク煮 大根とチンゲン菜のスープ	米 玉葱 人参 牛乳 片栗粉 砂糖 大根 チンゲン菜 塩	おかか粥またはおかか軟飯 人参と大根の煮物 チンゲン菜と玉葱の味噌汁	米 かつお節 人参 大根 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 チンゲン菜 玉葱 味噌
17月31日	パン粥またはトースト 鶏肉と野菜の彩り煮 さつまいもと玉葱のスープ	食パン 鶏ひき肉 人参 ブロccoli 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも 玉葱 塩	青のり粥または青のり軟飯 キャベツとさつまいも煮 麩と野菜の味噌汁	米 青のり キャベツ さつまいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 麩 きゅうり 人参 味噌
26月	お粥または軟飯 魚と野菜のソテー煮 玉葱とほうれん草の味噌汁	米 白身魚 キャベツ かぶ 片栗粉 油 砂糖 塩 玉葱 ほうれん草 味噌	かぶ粥またはかぶ軟飯 麩と野菜のすまし汁 果物	米 かぶ 麩 キャベツ 人参 醤油 バナナ
30月	お粥または軟飯 魚と野菜煮 玉葱と大根の味噌汁	米 白身魚 トマト 白菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 大根 味噌	おかか粥または おかか軟飯 トマトと葱のミルクスープ りんごのコンポート	米 かつお節 トマト 葱 牛乳 塩 りんご

※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8年3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
2月16日	わかめうどん 鶏肉のそぼろあん 人参煮	乾麺 生わかめ 葱 みりん 醤油 鶏ひき肉 大根 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 片栗粉 醤油	小松菜粥 麩の味噌煮 葱と大根のスープ	米 小松菜 じゃがいも 人参 麩 片栗粉 みりん 味噌 葱 大根 塩
3月	お粥 魚の洋風あんかけ きゅうりと大根のすまし汁	米 白身魚 人参 里いも 片栗粉 砂糖 塩 きゅうり 大根 醤油	里いもおかか粥 大根と人参の味噌汁 果物	米 里いも かつお節 大根 人参 味噌 バナナ
4月18日	お粥 鶏肉の煮物 じゃがいもと玉葱の味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 玉葱 味噌	きな粉葱粥 じゃがいも煮 玉葱と豆腐のスープ	米 きな粉 葱 じゃがいも 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 絹豆腐 塩
5月19日	お粥 鶏肉のバター煮 キャベツと小松菜のスープ	米 鶏ひき肉 人参 ブロccoli 片栗粉 バター 砂糖 塩 キャベツ 小松菜 塩	人参がゆ 野菜のスープ煮 麩と野菜のすまし汁	米 人参 キャベツ 小松菜 片栗粉 砂糖 塩 ブロッコリー 葱 麩 醤油
6月	お粥 豆腐と野菜の煮物 葉葱ときゅうりの味噌汁	米 絹豆腐 玉葱 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 葉葱 きゅうり 味噌	にゅうめん ツナと野菜の洋風煮 果物	そうめん 葉葱 みりん 醤油 ツナ缶 きゅうり 玉葱 片栗粉 砂糖 塩 みかん類
7月21日	お粥 野菜と麩煮 ほうれん草のすまし汁	米 人参 玉葱 麩 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 ほうれん草 葱 醤油	ほうれん草粥 貝だくさんスープ 果物	米 ほうれん草 人参 玉葱 葱 塩 バナナ
9月23日	お粥 鶏肉の煮物 大根と人参の味噌汁	米 鶏ひき肉 玉葱 じゃがいも チンゲン菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 人参 味噌	チンゲン菜粥 大根とキャベツのおかか煮 人参と玉葱のスープ	米 チンゲン菜 大根 キャベツ かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 玉葱 塩
10月24日	煮込みうどん 鶏肉のスープ煮 人参煮	乾麺 葱 みりん 醤油 鶏ひき肉 白菜 じゃがいも 片栗粉 砂糖 塩 人参 片栗粉 醤油	チーズ粥 野菜とツナ煮 葱と白菜の味噌汁	米 粉チーズ ツナ缶 玉葱 人参 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 葱 白菜 味噌
11月25日	お粥 鶏肉のオーロラ煮 きゅうりと人参のすまし汁	米 鶏ひき肉 トマトピューレ 玉葱 ブロッコリー 片栗粉 砂糖 醤油 きゅうり 人参 醤油	ブロッコリー粥 玉葱とじゃがいもの味噌汁 果物	米 ブロッコリー 玉葱 じゃがいも 味噌 みかん類
12月	お粥 魚と野菜のソテー煮 玉葱とほうれん草の味噌汁	米 白身魚 キャベツ かぶ 片栗粉 油 砂糖 塩 玉葱 ほうれん草 味噌	かぶ粥 キャベツと人参のスープ バナナヨーグルト	米 かぶ キャベツ 人参 塩 ヨーグルト バナナ
13月27日	パン粥 鶏肉の洋風煮 レタスと人参のスープ	食パン 鶏ひき肉 玉葱 ブロccoli 片栗粉 砂糖 塩 レタス 人参 塩	小松菜粥 豆腐と春雨煮 玉葱ときゅうりのすまし汁	米 小松菜 絹豆腐 春雨 レタス 生わかめ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 きゅうり 醤油
14月28日	お粥 野菜のミルク煮 大根とチンゲン菜のスープ	米 玉葱 人参 牛乳 片栗粉 砂糖 大根 チンゲン菜 塩	おかか粥 人参と大根の煮物 チンゲン菜と玉葱の味噌汁	米 かつお節 人参 大根 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 チンゲン菜 玉葱 味噌
17月31日	パン粥 鶏肉と野菜の彩り煮 さつまいもと玉葱のスープ	食パン 鶏ひき肉 人参 ブロccoli 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも 玉葱 塩	青のり粥 キャベツとさつまいも煮 麩と野菜の味噌汁	米 青のり キャベツ さつまいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 麩 きゅうり 人参 味噌
26月	お粥 魚と野菜のソテー煮 玉葱とほうれん草の味噌汁	米 白身魚 キャベツ かぶ 片栗粉 油 砂糖 塩 玉葱 ほうれん草 味噌	かぶ粥 麩と野菜のすまし汁 果物	米 かぶ 麩 キャベツ 人参 醤油 バナナ
30月	お粥 魚と野菜煮 玉葱と大根の味噌汁	米 白身魚 トマト 白菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 大根 味噌	おかか粥 トマトと葱のミルクスープ りんごのコンポート	米 かつお節 トマト 葱 牛乳 塩 りんご

※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8年3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	ミルク	献立名	使用食材	ミルク
2・16	月	つぶし粥 白菜のペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 大根 じゃがいも	ミルク	つぶし粥 白菜のペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 大根 じゃがいも	ミルク
3	火	つぶし粥 きゅうりのペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 きゅうり 人参	ミルク	つぶし粥 きゅうりのペースト 人参のペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 きゅうり 人参 白身魚 片栗粉	ミルク
4・18	水	つぶし粥 キャベツのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 玉葱 じゃがいも	ミルク	つぶし粥 キャベツのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 玉葱 じゃがいも 絹豆腐	ミルク
5・19	木	つぶし粥 大根のペースト さつまいものペースト 野菜スープ	米 ブロッコリー キャベツ	ミルク	つぶし粥 大根のペースト さつまいものペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 ブロッコリー キャベツ 白身魚 片栗粉	ミルク
6	金	つぶし粥 玉葱のペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ	米 玉葱 人参	ミルク	つぶし粥 玉葱のペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 玉葱 人参 絹豆腐	ミルク
7・21	土	つぶし粥 人参のペースト じゃがいものペースト 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 じゃがいものペースト 野菜スープ	米 人参 ほうれん草	ミルク
9・23	月	つぶし粥 キャベツのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 キャベツ じゃがいも	ミルク	つぶし粥 キャベツのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 キャベツ じゃがいも	ミルク
10・24	火	つぶし粥 白菜のペースト さつまいものペースト 野菜スープ	米 白菜 さつまいも	ミルク	つぶし粥 白菜のペースト さつまいものペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 白菜 さつまいも 白身魚 片栗粉	ミルク
11・25	水	つぶし粥 人参のペースト 玉葱のペースト 野菜スープ	米 ブロッコリー じゃがいも	ミルク	つぶし粥 人参のペースト 玉葱のペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 ブロッコリー じゃがいも 絹豆腐	ミルク
12	木	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 白身魚のペースト	米 かぶ ほうれん草 白身魚 片栗粉	ミルク
13・27	金	つぶし粥 大根のペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 人参 玉葱	ミルク	つぶし粥 大根のペースト じゃがいものペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 人参 玉葱 絹豆腐	ミルク
14・28	土	つぶし粥 玉葱のペースト チンゲン菜のペースト 野菜スープ	米 玉葱 チンゲン菜	ミルク	つぶし粥 玉葱のペースト チンゲン菜のペースト 野菜スープ	米 玉葱 チンゲン菜	ミルク
17・31	火	つぶし粥 ブロッコリーのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ	米 キャベツ さつまいも	ミルク	つぶし粥 ブロッコリーのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 キャベツ さつまいも 白身魚 片栗粉	ミルク
26	木	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 白身魚のペースト	米 かぶ ほうれん草 白身魚 片栗粉	ミルク
30	月	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 大根 人参	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	米 大根 人参	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。