

令和8年10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	木	牛乳 菓子	大豆のドライカレー グリーンサラダ ウインナースープ 果物	米 玉葱 豚ひき肉 人参 大豆水煮 トマト缶 レーズン 油 塩 カレー粉 醤油 中濃ソース キャベツ きゅうり ブロッコリー 油 砂糖 塩 酢 ウインナー かぶ かぶの葉 塩 醤油 みかん類	牛乳 / 果物 フライドおさつ	牛乳 / バナナ さつまいも 油 塩
2	金	牛乳 みかん類	ご飯 鶏肉の照り焼き 粉ふきいも もやし中華風和え キャベツの味噌汁	米 鶏肉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 塩 もやし 大根 ごま油 砂糖 醤油 キャベツ チンゲン菜 味噌	牛乳 / 果物 コーンマヨ トースト	牛乳 / キウイフルーツ 食パン 玉葱 クリームコーン缶 ノンエッグマヨネーズ
3	土	ヨーグルト	人参ご飯 鶏肉と高野豆腐の煮物 具たくさん味噌汁	米 人参 酒 塩 醤油 高野豆腐 鶏肉 じゃがいも 人参 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
5 ・ 19		牛乳 菓子	さつまいもご飯 鶏肉のケチャップあん 麩の味噌汁 果物	米 さつまいも 酒 塩 鶏肉 人参 玉葱 れんこん ピーマン 片栗粉 油 塩 酒 トマトケチャップ 砂糖 酢 醤油 麩 ほうれん草 味噌 りんご	牛乳 / 果物 チーズチヂミ	牛乳 / みかん類 ピザ用チーズ 人参 ニラ キャベツ 桜えび 小麦粉 片栗粉 ごま油 塩 醤油 酢 砂糖
6 ・ 20	火	牛乳 みかん類	パン 豚肉のマーマレード焼き ポイルブロッコリー 春雨サラダ 豆腐のスープ	ロールパン 豚肉 マーマレードジャム 玉葱 油 醤油 ブロッコリー 春雨 きゅうり 人参 ホールコーン缶 油 砂糖 塩 酢 豆腐 レタス 塩 醤油	牛乳 / 果物 おかかおにぎり	牛乳 / 柿 米 かつお節 醤油
7 ・ 21	水	ヨーグルト	チキンカレーライス ハムとわかめのサラダ 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 大根 キャベツ 生わかめ ハム 油 砂糖 酢 醤油 バナナ	牛乳 アップルゼリー 菓子	牛乳 粉寒天 りんごジュース 砂糖 菓子
8 ・ 22	木	牛乳 バナナ	★8日はしんじゅく野菜の日★ ご飯 ししゃもの素揚げ トマト 白菜のゆかり和え もよしのすまし汁	米 ししゃも 片栗粉 油 酒 トマト 白菜 きゅうり ゆかり もやし 人参 葉葱 塩 醤油	牛乳 / 果物 きな粉蒸しパン	牛乳 / みかん類 きな粉 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖
9 ・ 23	金	ヨーグルト	ほうとう風 生揚げのそぼろあん 果物	乾麺 豚肉 かぼちゃ 白菜 えのきだけ 小松菜 みりん 味噌 鶏ひき肉 生揚げ 人参 大根 さやいんげん 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 みかん類	牛乳 / 果物 小魚チャーハン	牛乳 / りんご 米 しらす干し 葱 油 塩 こしょう 醤油
10 ・ 24	土	牛乳 菓子	豚野菜丼 玉葱の味噌汁 果物	米 豚肉 人参 もやし チンゲン菜 油 酒 みりん 砂糖 醤油 玉葱 かぶ かぶの葉 味噌 バナナ	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / みかん類 菓子
13 ・ 27	火	牛乳 菓子	★27日は誕生会★ 五目ラーメン ツナとポテトのソテー 果物	生中華麺 生姜 にんにく 豚肉 キャベツ 人参 もやし ニラ ごま油 酒 塩 醤油 玉葱 じゃがいも ツナ缶 さやいんげん 油 バター 塩 こしょう りんご	牛乳 / 果物 納豆そぼろご飯	牛乳 / バナナ 米 鶏ひき肉 生姜 葱 ひきわり納豆 酒 醤油
14 ・ 28	水	ヨーグルト	麻婆丼 野菜の酢じょうゆ和え かき玉スープ 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 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 玉葱 小松菜 卵 片栗粉 塩 醤油 バナナ	牛乳 / 果物 マカロニの みたらし和え	牛乳 / みかん類 マカロニ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油
15 ・ 29	木	牛乳 菓子	パン さつまいもの ホワイトシチュー トマトサラダ 果物	食パン 鶏肉 玉葱 人参 さつまいも 牛乳 小麦粉 油 バター 塩 こしょう トマト きゅうり 玉葱 油 砂糖 塩 酢 みかん類	牛乳 / 果物 わかめおにぎり	牛乳 / 柿 米 生わかめ 酒 塩
16 ・ 30	金	牛乳 バナナ	ご飯 煮魚のごぼう添え チンゲン菜の炒め物 豚汁	米 魚 ごぼう 酒 みりん 砂糖 醤油 人参 チンゲン菜 ホールコーン缶 油 ごま油 塩 こしょう 豚肉 人参 大根 油揚げ 葱 油 味噌	牛乳 / 果物 スイート パンプキン	牛乳 / みかん類 かぼちゃ 生クリーム バター 砂糖
17 ・ 31	土	ヨーグルト	ご飯 豚肉と長いも煮 なすの味噌汁	米 豚肉 人参 長いも 玉葱 みりん 砂糖 醤油 なす 葱 味噌	牛乳 / 果物 菓子	牛乳 / バナナ 菓子
26	月	牛乳 みかん類	ご飯 鶏肉とじゃがいもの煮物 ほうれん草のごま和え 白菜の味噌汁	米 鶏肉 じゃがいも 玉葱 さやえんどう 油 みりん 砂糖 醤油 ほうれん草 もやし 人参 すりごま 砂糖 醤油 白菜 しめじ 味噌	牛乳 / 果物 ホットケーキ	牛乳 / キウイフルーツ 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

※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。

夏の厳しい暑さも和らぎ、過ごしやすい季節となりました。食欲の秋を迎え、今月の給食では、さつまいもやきのこ、柿、りんごなど、旬の食材をたくさん取り入れています。秋ならではの味わいを楽しみながら、季節の恵みを感じられる機会にしていきたいと思ひます。

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	468kcal	18.9g	550kcal	21.6g

令和8年10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	木	味噌にゅうめん ボイルブロッコリー	そうめん 玉葱 人参 みりん 味噌 ブロッコリー
2	金	ピラフ もやしと大根のスープ	米 チンゲン菜 玉葱 バター 油 塩 こしょう もやし 大根 塩 醤油
3	土	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
5・19	月	ご飯 さつまいも煮	米 さつまいも 人参 みりん 砂糖 醤油
6・20	火	マカロニソテー 牛乳	マカロニ ブロッコリー ホールコーン缶 油 塩 こしょう 牛乳
7・21	水	おにぎり キャベツと玉葱の味噌汁	米 塩 キャベツ 玉葱 味噌
8・22	木	トマトライス 白菜と人参のスープ	米 トマト バター トマトケチャップ 塩 白菜 人参 塩 醤油
9・23	金	小松菜おにぎり 大根と葱のすまし汁	米 小松菜 油 砂糖 醤油 大根 葱 塩 醤油
10・24	土	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
13・27	火	クラッカー キャベツのポタージュ	クラッカー 玉葱 キャベツ じゃがいも 牛乳 バター 塩
14・28	水	茶飯おにぎり 玉葱と人参の味噌汁	米 酒 醤油 玉葱 人参 味噌
15・29	木	ふかしいも 春雨スープ	さつまいも 人参 生わかめ 春雨 塩 醤油
16・30	金	混ぜいなりずし 果物	米 人参 油揚げ 酢 砂糖 塩 醤油 果物
17・31	土	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト 菓子
26	月	ゆかりおにぎり けんちん汁風	米 ゆかり 鶏肉 しめじ ほうれん草 油 塩 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。

※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。

令和8年10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	
献立名			使用食材		使用食材	
1	木	牛乳	大豆のドライカレー	米 玉葱 豚ひき肉 人参 大豆水煮 トマト缶 レーズン 油 塩	牛乳／果物	牛乳／バナナ
		菓子	グリーンサラダ ウインナースープ 果物	カレー粉 醤油 中濃ソース キャベツ きゅうり ブロッコリー 油 砂糖 塩 酢 ウインナー かぶ かぶの葉 塩 醤油 みかん類		
2	金	牛乳	ご飯	米	牛乳／果物	牛乳／キウイフルーツ
		みかん類	鶏肉の照り焼き 粉ふきいも もやしの華風和え キャベツの味噌汁	鶏肉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 塩 もやし 大根 ごま油 砂糖 醤油 キャベツ チンゲン菜 味噌		
3	土	ヨーグルト	人参ご飯 鶏肉と高野豆腐の煮物 具だくさん味噌汁	米 人参 酒 塩 醤油 高野豆腐 鶏肉 じゃがいも 人参 みりん 砂糖 醤油 玉葱 なす 小松菜 味噌	牛乳／果物	牛乳／バナナ
5 ・ 19	月	牛乳	さつまいもご飯	米 さつまいも 酒 塩	牛乳／果物	牛乳／みかん類
		菓子	鶏肉のケチャップあん 麩の味噌汁 果物	鶏肉 人参 玉葱 れんこん ピーマン 片栗粉 油 塩 酒 トマトケチャップ 砂糖 酢 醤油 麩 ほうれん草 味噌 りんご(煮)		
6 ・ 20	火	牛乳	パン	ロールパン	牛乳／果物	牛乳／バナナ
みかん類	豚肉のマーマレード焼き ポイルブロッコリー 春雨サラダ 豆腐のスープ	豚肉 マーマレードジャム 玉葱 油 醤油 ブロッコリー 春雨 きゅうり 人参 ホールコーン缶 油 砂糖 塩 酢 豆腐 レタス 塩 醤油	おかかおにぎり	米 かつお節 醤油		
7 ・ 21	水	ヨーグルト	チキンカレーライス ハムとわかめのサラダ 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 大根 キャベツ 生わかめ ハム 油 砂糖 酢 醤油 バナナ	牛乳	牛乳
8 ・ 22	木	牛乳	★8日はしんじゅく野菜の日★		牛乳／果物	牛乳／みかん類
		バナナ	ご飯 魚の素揚げ トマト 白菜のゆかり和え もやしのすまし汁	米 魚 片栗粉 油 塩 酒 トマト 白菜 きゅうり ゆかり もやし 人参 菜葱 塩 醤油		
9 ・ 23	金	ヨーグルト	ほうとう風 生揚げのそぼろあん 果物	乾麺 豚肉 かぼちゃ 白菜 えのきだけ 小松菜 みりん 味噌 鶏ひき肉 生揚げ 人参 大根 さやいんげん 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 みかん類	牛乳／果物	牛乳／りんご(煮)
10 ・ 24	土	牛乳	豚野菜丼 玉葱の味噌汁 果物	米 豚肉 人参 もやし チンゲン菜 油 酒 みりん 砂糖 醤油 玉葱 かぶ かぶの葉 味噌 バナナ	牛乳／果物	牛乳／みかん類
13 ・ 27	火	牛乳	★27日は誕生会★		牛乳／果物	牛乳／バナナ
		菓子	五目ラーメン ツナとポテトのソテー 果物	生中華麺 生姜 にんにく 豚肉 キャベツ 人参 もやし ニラ ごま油 酒 塩 醤油 玉葱 じゃがいも ツナ缶 さやいんげん 油 バター 塩 こしょう りんご(煮)		
14 ・ 28	水	ヨーグルト	麻婆丼 野菜の酢じょうゆ和え かき玉スープ 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 キャベツ 人参 砂糖 酢 醤油 玉葱 小松菜 卵 片栗粉 塩 醤油 バナナ	牛乳／果物	牛乳／みかん類
15 ・ 29	木	牛乳	パン	食パン	牛乳／果物	牛乳／バナナ
菓子	さつまいもの ホワイトシチュー トマトサラダ 果物	鶏肉 玉葱 人参 さつまいも 牛乳 小麦粉 油 バター 塩 こしょう トマト きゅうり 玉葱 油 砂糖 塩 酢 みかん類	わかめおにぎり	米 生わかめ 酒 塩		
16 ・ 30	金	牛乳	ご飯	米	牛乳／果物	牛乳／みかん類
バナナ	煮魚のごぼう添え チンゲン菜の炒め物 豚汁	魚 ごぼう 酒 みりん 砂糖 醤油 人参 チンゲン菜 ホールコーン缶 油 ごま油 塩 こしょう 豚肉 人参 大根 油揚げ 葱 油 味噌	スイート パンプキン	かぼちゃ 生クリーム バター 砂糖		
17 ・ 31	土	ヨーグルト	ご飯	米	牛乳／果物	牛乳／バナナ
26	月	牛乳	鶏肉とじゃがいもの煮物	米	牛乳／果物	牛乳／キウイフルーツ
		みかん類	ほうれん草のごま和え 白菜の味噌汁	鶏肉 じゃがいも 玉葱 さやえんどう 油 みりん 砂糖 醤油 ほうれん草 もやし 人参 すりごま 砂糖 醤油 白菜 しめじ 味噌		

※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10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 木	お粥または軟飯 鶏肉の洋風煮 かぶとキャベツのスープ	米 鶏ひき肉 ブロccoli きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 かぶ キャベツ 塩	ミルク	おかか粥またはおかか軟飯 さつまいもと玉葱の味噌汁 スティック人参	米 かつお節 さつまいも 玉葱 味噌 人参 醤油	ミルク
2 金	お粥または軟飯 鶏肉の炒め煮 キャベツとチンゲン菜の味噌汁	米 鶏ひき肉 じゃがいも 大根 片栗粉 油 みりん 砂糖 醤油 キャベツ チンゲン菜 味噌	ミルク	パン粥またはトースト 野菜のミルク煮 じゃがいもと玉葱のスープ	食パン 大根 キャベツ 牛乳 片栗粉 砂糖 じゃがいも 玉葱 塩	ミルク
3 土	お粥または軟飯 高野豆腐の煮物 玉葱となすの味噌汁	米 高野豆腐 人参 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 なす 味噌	ミルク	ポテト粥またはポテト軟飯 貝だくさんスープ ヨーグルト	米 じゃがいも 人参 玉葱 小松菜 塩 ヨーグルト	ミルク
5・19 月	お粥または軟飯 鶏肉と野菜の煮物 さつまいもとほうれん草の味噌汁	米 鶏ひき肉 キャベツ 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも ほうれん草 味噌	ミルク	キャベツ粥またはキャベツ軟飯 人参と麩のスープ りんごのコンポート	米 キャベツ 人参 さつまいも 麩 塩 りんご	ミルク
6・20 火	パン粥またはトースト 鶏肉のスープ煮 レタスと玉葱のスープ	食パン 鶏ひき肉 人参 きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 レタス 玉葱 塩	ミルク	人参おかか粥または 人参おかか軟飯 豆腐と春雨のうま煮 玉葱ときゅうりの味噌汁	米 人参 かつお節 絹豆腐 春雨 レタス 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 きゅうり 味噌	ミルク
7・21 水	お粥または軟飯 ミニ肉団子のトマト煮 じゃがいもとキャベツのスープ	米 鶏ひき肉 玉葱 トマトピューレ 大根 片栗粉 砂糖 醤油 じゃがいも キャベツ 塩	ミルク	玉葱粥または玉葱軟飯 野菜とわかめの味噌汁 バナナヨーグルト	米 玉葱 大根 人参 生わかめ 味噌 ヨーグルト バナナ	ミルク
8・22 木	お粥または軟飯 魚と野菜煮 人参と葉葱のすまし汁	米 白身魚 白菜 きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 葉葱 醤油	ミルク	きな粉蒸しパン トマトときゅうりのスープ 果物	きな粉 牛乳 ベーキングパウダー 小麦粉 バター 砂糖 トマト きゅうり 塩 みかん類	ミルク
9・23 金	味噌煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 スティック大根	乾麺 小松菜 みりん 味噌 鶏ひき肉 かぼちゃ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 醤油	ミルク	お粥または軟飯 野菜のしらす煮 かぼちゃと葱のスープ	米 しらす干し 大根 白菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 かぼちゃ 葱 塩	ミルク
10・24 土	お粥または軟飯 人参とかぶのおかか煮 玉葱とチンゲン菜の味噌汁	米 人参 かぶ かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 チンゲン菜 味噌	ミルク	チンゲン菜粥または チンゲン菜軟飯 かぶと麩煮 玉葱と人参のスープ	米 チンゲン菜 かぶ 麩 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 人参 塩	ミルク
13・27 火	煮込みうどん ツナとじゃがいものスープ煮 スティック人参	乾麺 玉葱 みりん 醤油 ツナ缶 じゃがいも キャベツ 片栗粉 砂糖 塩 人参 醤油	ミルク	納豆粥または納豆軟飯 キャベツと玉葱の味噌汁 果物	米 ひきわり納豆 葱 醤油 キャベツ 玉葱 味噌 バナナ	ミルク
14・28 水	お粥または軟飯 麻婆豆腐風 かき玉スープ	米 鶏ひき肉 絹豆腐 人参 玉葱 トマトピューレ 片栗粉 砂糖 醤油 味噌 卵 キャベツ 小松菜 片栗粉 塩	ミルク	小松菜粥または小松菜軟飯 貝だくさん汁 みかんヨーグルト	米 小松菜 人参 玉葱 キャベツ 醤油 ヨーグルト みかん類	ミルク
15・29 木	パン粥またはトースト シチュー風 きゅうりとトマトのスープ	食パン 鶏ひき肉 さつまいも 玉葱 牛乳 小麦粉 バター 塩 きゅうり トマト 塩	ミルク	わかめ粥またはわかめ軟飯 野菜の煮物 麩とさつまいもの味噌汁	米 生わかめ トマト 人参 きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 麩 さつまいも 味噌	ミルク
16・30 金	お粥または軟飯 魚の野菜あんかけ 葱と大根の味噌汁	米 白身魚 人参 かぼちゃ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 葱 大根 味噌	ミルク	お粥または軟飯 かぼちゃのおかか煮 チンゲン菜と人参のスープ	米 かぼちゃ 大根 かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 チンゲン菜 人参 塩	ミルク
17・31 土	お粥または軟飯 野菜と麩煮 なすと葱の味噌汁	米 人参 玉葱 麩 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 なす 葱 味噌	ミルク	葱粥または葱軟飯 玉葱となすのスープ バナナヨーグルト	米 葱 玉葱 なす 塩 ヨーグルト バナナ	ミルク
26 月	お粥または軟飯 鶏肉のくずあん風 白菜とほうれん草の味噌汁	米 鶏ひき肉 じゃがいも 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 白菜 ほうれん草 味噌	ミルク	ごま粥またはごま軟飯 玉葱と白菜煮 じゃがいものミルクスープ	米 すりごま 玉葱 白菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 人参 牛乳 塩	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。

※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10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 木	お粥 鶏肉の洋風煮 かぶとキャベツのスープ	米 鶏ひき肉 ブロッコリー きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 かぶ キャベツ 塩	ミルク	おかか粥 さつまいもと玉葱の味噌汁 人参煮	米 かつお節 さつまいも 玉葱 味噌 人参 片栗粉 醤油	ミルク
2 金	お粥 鶏肉の炒め煮 キャベツとチンゲン菜の味噌汁	米 鶏ひき肉 じゃがいも 大根 片栗粉 油 みりん 砂糖 醤油 キャベツ チンゲン菜 味噌	ミルク	パン粥 野菜のミルク煮 じゃがいもと玉葱のスープ	食パン 大根 キャベツ 牛乳 片栗粉 砂糖 じゃがいも 玉葱 塩	ミルク
3 土	お粥 高野豆腐の煮物 玉葱となすの味噌汁	米 高野豆腐 人参 じゃがいも 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 なす 味噌	ミルク	ポテト粥 貝だくさんスープ ヨーグルト	米 じゃがいも 人参 玉葱 小松菜 塩 ヨーグルト	ミルク
5・19 月	お粥 鶏肉と野菜の煮物 さつまいもとほうれん草の味噌汁	米 鶏ひき肉 キャベツ 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 さつまいも ほうれん草 味噌	ミルク	キャベツ粥 人参と麩のスープ りんごのコンポート	米 キャベツ 人参 さつまいも 麩 塩 りんご	ミルク
6・20 火	パン粥 鶏肉のスープ煮 レタスと玉葱のスープ	食パン 鶏ひき肉 人参 きゅうり 片栗粉 砂糖 塩 レタス 玉葱 塩	ミルク	人参おかか粥 豆腐と春雨のうま煮 玉葱ときゅうりの味噌汁	米 人参 かつお節 絹豆腐 春雨 レタス 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 きゅうり 味噌	ミルク
7・21 水	お粥 鶏肉のトマト煮 じゃがいもとキャベツのスープ	米 鶏ひき肉 玉葱 トマトピューレ 大根 片栗粉 砂糖 醤油 じゃがいも キャベツ 塩	ミルク	玉葱粥 野菜とわかめの味噌汁 バナナヨーグルト	米 玉葱 大根 人参 生わかめ 味噌 ヨーグルト バナナ	ミルク
8・22 木	お粥 魚と野菜煮 人参と葉葱のすまし汁	米 白身魚 白菜 きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 人参 葉葱 醤油	ミルク	きな粉粥 トマトときゅうりのスープ 果物	米 きな粉 トマト きゅうり 塩 みかん類	ミルク
9・23 金	味噌煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 大根煮	乾麺 小松菜 みりん 味噌 鶏ひき肉 かぼちゃ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 大根 片栗粉 醤油	ミルク	お粥 野菜のしらす煮 かぼちゃと葱のスープ	米 しらす干し 大根 白菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 かぼちゃ 葱 塩	ミルク
10・24 土	お粥 人参とかぶのおかか煮 玉葱とチンゲン菜の味噌汁	米 人参 かぶ かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 チンゲン菜 味噌	ミルク	チンゲン菜粥 かぶと麩煮 玉葱と人参のスープ	米 チンゲン菜 かぶ 麩 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 玉葱 人参 塩	ミルク
13・27 火	煮込みうどん ツナとじゃがいものスープ煮 人参煮	乾麺 玉葱 みりん 醤油 ツナ缶 じゃがいも キャベツ 片栗粉 砂糖 塩 人参 片栗粉 醤油	ミルク	納豆粥 キャベツと玉葱の味噌汁 果物	米 ひきわり納豆 葱 醤油 キャベツ 玉葱 味噌 バナナ	ミルク
14・28 水	お粥 麻婆豆腐風 キャベツと小松菜のスープ	米 鶏ひき肉 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 小松菜 塩	ミルク	小松菜粥 貝だくさん汁 みかんヨーグルト	米 小松菜 人参 玉葱 キャベツ 醤油 ヨーグルト みかん類	ミルク
15・29 木	パン粥 シチュー風 きゅうりとトマトのスープ	食パン 鶏ひき肉 さつまいも 玉葱 牛乳 小麦粉 バター 塩 きゅうり トマト 塩	ミルク	わかめ粥 野菜の煮物 麩とさつまいもの味噌汁	米 生わかめ トマト 人参 きゅうり 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 麩 さつまいも 味噌	ミルク
16・30 金	お粥 魚の野菜あんかけ 葱と大根の味噌汁	米 白身魚 人参 かぼちゃ 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 葱 大根 味噌	ミルク	お粥 かぼちゃのおかか煮 チンゲン菜と人参のスープ	米 かぼちゃ 大根 かつお節 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 チンゲン菜 人参 塩	ミルク
17・31 土	お粥 野菜と麩煮 なすと葱の味噌汁	米 人参 玉葱 麩 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 なす 葱 味噌	ミルク	葱粥 玉葱となすのスープ バナナヨーグルト	米 葱 玉葱 なす 塩 ヨーグルト バナナ	ミルク
26 月	お粥 鶏肉のくずあん風 白菜とほうれん草の味噌汁	米 鶏ひき肉 じゃがいも 玉葱 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 白菜 ほうれん草 味噌	ミルク	お粥 玉葱と白菜煮 じゃがいものミルクスープ	米 玉葱 白菜 片栗粉 みりん 砂糖 醤油 じゃがいも 人参 牛乳 塩	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8年10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	木	つぶし粥 さつまいものペースト かぶのペースト 野菜スープ	米 さつまいも かぶ	ミルク	つぶし粥 さつまいものペースト かぶのペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 さつまいも かぶ 絹豆腐	ミルク
2	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 大根 じゃがいも	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 白身魚のペースト	米 大根 じゃがいも 白身魚 片栗粉	ミルク
3	土	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	米 じゃがいも 玉葱	ミルク
5 ・ 19	月	つぶし粥 さつまいものペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ	米 さつまいも ほうれん草	ミルク	つぶし粥 さつまいものペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ	米 さつまいも ほうれん草	ミルク
6 ・ 20	火	つぶし粥 玉葱のペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 玉葱 人参	ミルク	つぶし粥 玉葱のペースト 人参のペースト 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	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 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 豆腐のペースト	米 キャベツ じゃがいも 絹豆腐	ミルク
8 ・ 22	木	つぶし粥 白菜のペースト トマトのペースト 野菜スープ	米 白菜 トマト	ミルク	つぶし粥 白菜のペースト トマトのペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 白菜 トマト 白身魚 片栗粉	ミルク
9 ・ 23	金	つぶし粥 かぼちゃのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	米 かぼちゃ 小松菜	ミルク	つぶし粥 かぼちゃのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 かぼちゃ 小松菜 白身魚 片栗粉	ミルク
10 ・ 24	土	つぶし粥 人参のペースト かぶのペースト 野菜スープ	米 人参 かぶ	ミルク	つぶし粥 人参のペースト かぶのペースト 野菜スープ	米 人参 かぶ	ミルク
13 ・ 27	火	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
14 ・ 28	水	つぶし粥 小松菜のペースト 玉葱のペースト 野菜スープ	米 小松菜 玉葱	ミルク	つぶし粥 小松菜のペースト 玉葱のペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 小松菜 玉葱 絹豆腐	ミルク
15 ・ 29	木	つぶし粥 さつまいものペースト きゅうりのペースト 野菜スープ	米 さつまいも きゅうり	ミルク	つぶし粥 さつまいものペースト きゅうりのペースト 野菜スープ 豆腐のペースト	米 さつまいも きゅうり 絹豆腐	ミルク
16 ・ 30	金	つぶし粥 大根のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ	米 大根 かぼちゃ	ミルク	つぶし粥 大根のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ 白身魚のペースト	米 大根 かぼちゃ 白身魚 片栗粉	ミルク
17 ・ 31	土	つぶし粥 玉葱のペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 玉葱 人参	ミルク	つぶし粥 玉葱のペースト 人参のペースト 野菜スープ	米 玉葱 人参	ミルク
26	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 白菜 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 白菜 じゃがいも	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。