令和８年１０月　献 立 表

新宿区立西新宿子ども園

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 もやしの華風和え 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 菓子	牛乳 ／ バナナ 菓子
5・19	月	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 ボイルブロッコリー 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 もやしのすまし汁	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・26	火・月	牛乳 菓子	**★26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　油　バター　塩　こしょう (13日)さやいんげん (26日)人参 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
27	火	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しください。

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	468kcal	18.9g	550kcal	21.6g

令和８年１０月　献 立 表（完了食）

新宿区立西新宿子ども園

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 もやしの華風和え 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 菓子	牛乳 ／ バナナ 菓子
5・19	月	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(煮)	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 ボイルブロッコリー 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 ／ バナナ 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 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　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(煮) 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・26	火・月	牛乳 菓子	**★26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　油　バター　塩　こしょう (13日)さやいんげん　(26日)人参 りんご(煮)	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 ／ バナナ 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
27	火	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しください。

令和８年１０月　後 期 食 献 立 表

新宿区立西新宿子ども園

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 具だくさんスープ 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・26	火・月	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 具だくさん汁 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
27	火	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しください。

令和８年１０月　中 期 食 献 立 表

新宿区立西新宿子ども園

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 具だくさんスープ 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 人参と麸のスープ りんごのコンポート	米　キャベツ 人参　さつまいも　麸　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 かぶと麸煮 玉葱と人参のスープ	米　チンゲン菜 かぶ　麸　片栗粉　みりん　砂糖 醤油 玉葱　人参　塩	ミルク
13・26	火・月	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 具だくさん汁 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 麸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 麸　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 野菜と麸煮 なすと葱の味噌汁	米 人参　玉葱　麸　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
27	火	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しください。

令和８年１０月　初 期 食 献 立 表

新宿区立西新宿子ども園

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・26	火・月	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
27	火	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しください。

令和８年１０月　補 食 献 立 表

新宿区立西新宿子ども園

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	牛乳 菓子	牛乳 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 26	火 月	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	牛乳 菓子	牛乳 菓子
27	火	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しください。

※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。