(令和7年10月分) 豊島区子ども家庭部保育課

18.5g 脂質

15.7g 食塩相当量 15.4g 
 標準
 エネルギー

 今日
535Kcal たん白質 日 時間帯 献立名 食 묘 名 スタミナ丼 精白米 でん粉 砂糖 生姜 玉ねぎ にら にんじん にんにく 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ キャベツとじゃが芋のスー じゃが芋 キャベツ かつお節 (だし用) しょうゆ 塩 昼食 ♡ きゅうりとわかめの華風和え ごま油 砂糖 きゅうり トマト わかめ しょうゆ 酢 月 27 牛到. 牛乳 午後おやつ ホットケーキミックス 脱脂粉乳 チーズ ロースハム 牛乳 砂糖 サラダ油 塩 ムチ -ズ蒸しパン ご飯 精白米 豆腐 長ねぎ かつお節(だし用) 味噌 豆腐と長ねぎの味噌汁 14 昼食 ヒレカツ 小麦粉 パン粉 砂糖 豚ヒレ肉 サラダ油 中濃ソース 塩 火 白菜の即席漬け ごま油 きゅうり にんじん 白菜 塩昆布 28 トマト トマト 牛乳. 牛乳. 午後おやつ 脱脂粉乳 牛乳 生クリーム 砂糖 かぼちゃ 豆乳バター スイートパンプキン 食パン 食パン 1 バター・ジャム ジャム 豆乳バター 昼食 秋野菜のクリーム煮 小麦粉 脱脂粉乳 牛乳 生クリーム さつま芋 玉ねぎ にんじん ブロッコリー しめじ 鶏もも皮なし肉 サラダ油 豆乳バター 塩 鶏ガラス-水 15 もやしのサラダ 砂糖 キャベツ にんじん もやし サラダ油 しょうゆ 塩 酢 牛乳. 牛乳. 29 午後おやつ わかめおにぎり 精白米 わかめ カレーうどん カレールウ 乾麺 でん粉 砂糖 小松菜 玉ねぎ にんじん かつお節 (だし用) 豚肩肉 サラダ油 しょうゆ 塩 2 高野豆腐とツナのチャンプル ごま油 でん粉 凍り豆腐 キャベツ にんじん かつお節 ツナ缶 サラダ油 しょうゆ 塩 出し汁 昼食 木 16 牛到 牛乳. 午後おやつ 30 ごま油 精白米 砂糖 にんじん しめじ 豚肩挽肉 しょうゆ 中華風 精白米 ご飯 長ねぎとなすの味噌汁 なす 長ねぎ かつお節 (だし用) 味噌 さばのみぞれ煮 砂糖 生姜 大根 鯖 酒 みりん しょうゆ 塩 出し汁 昼食 ♡ 17 金 にんじん ほうれん草 もやし しらす干し みりん しょうゆ しらす和え 果物 31 牛乳. 牛乳. 午後おやつ 黒糖パン 脱脂粉乳 食パン 黒砂糖 豆乳バタ・ うまに丼 ごま油 ハオ油 精白米 でん粉 砂糖 キャベツ 玉ねぎ にんじん マッシュルーム缶 豚肩挽肉 サラダ油 酒 塩 玉ねぎとわかめのスープ 玉ねぎ わかめ かつお節 しょうゆ 塩 昼食 ♡ じゃが芋の炒め煮 じゃが芋 砂糖 にんじん サラダ油 酒 しょうゆ 4  $\pm$ バナナ 18 ヨーグルト ヨーグルト 午後おやつ せんべい せんべい ビスケット ビスケット 大豆入りキ -マカレ-カレールウ 精白米 じゃが芋 大豆 生姜 玉ねぎ にんじん にんにく りんご 豚肩挽肉 サラダ油 トマトピューレ 三色サラダ 砂糖 キャベツ にんじん ほうれん草 サラダ油 塩 酢 昼食 6 トマト トマト 月 牛乳 牛乳 20 午後おやつ 砂糖 りんごジュース りんご缶 粉寒天 アップルゼリー せんべい せんべい ご飯 精白米 さと芋 小松菜 かつお節(だし用) 味噌 さといもと小松菜の味噌汁 7 昼食 かじきの竜田揚げ でん粉 生姜 めかじき サラダ油 酒 しょうゆ 甘酢和え 火 砂糖 かぶ きゅうり にんじん 塩 酢 21 果物 午後おやつ 焼きとうもろこし風米粉のお焼き コン 米粉 クリームコーン缶 サラダ油 しょうゆ 塩 ベーキングパウダ 食パン 食パン バター・ジャム ジャム 豆乳バター 8 昼食 ハムと玉ねぎのスープ ロースハム 玉ねぎ かつお節(だし用) しょうゆ 塩 鶏卵 牛乳 じゃが芋 砂糖 玉ねぎ マッシュルーム(生) 豚肩挽肉 サラダ油 豆乳バター 塩 トマトケチャップ 水 スパニッシュオムレツ 野菜の盛り合わせ ごま油 砂糖 にんじん ブロッコリー 酢 味噌 ノンエッグマヨネーズ 牛乳 22 牛到 午後おやつ 、参入りおにぎり ごま油 精白米 にんじん 酒 塩 精白米 キャベツと油揚げの味噌汁 油揚げ キャベツ かつお節(だし用) 味噌 パン粉 でん粉 砂糖 豆腐 玉ねぎ ほしひじき 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩 9 昼食 和風ハンバーク 切干大根の煮物 砂糖 さやいんげん 切り干し大根 にんじん サラダ油 酒 しょうゆ 出し汁 木 トイト トムト 23 牛乳 午後おやつ おさつクラッ 小麦粉 ごま油 さつま芋 砂糖 サラダ油 塩 ベー 山路おこわ 精白米 もち米 さつま芋 砂糖 にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 玉ねぎとわかめの味噌汁 玉ねぎ わかめ かつお節(だし用) 味噌 10 昼食 ♡ 鮭のもみじ焼き 鮭 サラダ油 酒 みりん しょうゆ トマトケチャップ きゅうり ゆかり 金 きゅうりのゆかり和え 果物 24 牛乳. 牛乳. 午後おやつ ツナマヨパ 食パン 玉ねぎ ツナ缶 しょうゆ 塩 ノンエッグマヨネ 豚そぼろ丼 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ ポテトスープ じゃが芋 玉ねぎ かつお節 しょうゆ 塩 昼食 ♡ 11 キャベツのサラダ 砂糖 キャベツ にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 酢 果物 土 バナナ 25 ヨーグルト ヨーグルト せんべい せんべい

490Kcal たん白質 472Kcal 曜日 時間帯 献立名 食 名 品 午前おや スタミナ丼 精白米 でん粉 砂糖 生姜 玉ねぎ にら にんじん にんにく 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ じゃが芋 キャベツ かつお節 (だし用) しょうゆ 塩 ごま油 砂糖 きゅうり トマト わかめ しょうゆ 酢 キャベツとじゃが芋のス-昼食 月 27 きゅうりとわかめの華風和え 果物 午後おやつ -ズ ロースハム 牛乳 砂糖 サ 牛乳 牛乳 豆腐 長ねぎ かつお節(だし用) 味噌 豆腐と長ねぎの味噌汁 14 昼食 小麦粉 パン粉 砂糖 豚ヒレ肉 サラダ油 中濃ソース 塩 ヒレカツ 火 白菜の即席漬け ごま油 きゅうり にんじん 白菜 塩昆布 28 トマト トマト 牛乳 午後おやつ ヨーグルト 食パン 午前おやつ バター・ジャム ジャム 豆乳バタ 昼食 小麦粉 脱脂粉乳 牛乳 生クリーム さつま芋 玉ねぎ にんじん ブロッコリー しめじ 鶏もも皮なし肉 サラダ油 豆乳バター 塩 鶏ガラス 秋野菜のクリーム煮 水 15 もやしのサラダ 砂糖 キャベツ にんじん もやし サラダ油 しょうゆ 塩 酢 牛乳. 牛乳 29 午後おやつ わかめおにぎり 精白米 わかめ <u>1277</u> 牛乳 カレーうどん 牛乳 午前おや 2 カレールウ 乾麺 でん粉 砂糖 小松菜 玉ねぎ にんじん かつお節(だし用) 豚肩肉 サラダ油 しょうゆ 塩 高野豆腐とツナのチ ごま油 でん粉 凍り豆腐 キャベツ にんじん かつお節 ツナ缶 サラダ油 しょうゆ 塩 出し汁 昼食 16 木 トマト トマト 30 午後おやつ 中華風 ごま油 精白米 午前おやつ牛乳 牛乳 精白米 3 長ねぎとなすの味噌汁 なす 長ねぎ かつお節(だし用) 味噌 昼食 白身魚のみぞれ煮 砂糖 生姜 大根 白身魚 酒 みりん しょうゆ 塩 出し汁 金 17 しらす和え にんじん ほうれん草 もやし しらす干し みりん しょうゆ 果物 31 牛乳 午後おやつ 黒糖パ 脱脂粉乳 牛乳 ごま油 ハオ油 精白米 でん粉 砂糖 キャベツ 玉ねぎ にんじん マッシュルーム缶 豚肩挽肉 サラダ油 酒 塩 午前おやつ <u>牛乳</u> うまに丼 玉ねぎ わかめ かつお節 しょうゆ 塩 玉ねぎとわかめのスーフ 4 昼食 じゃが芋 砂糖 にんじん サラダ油 酒 しょうゆ じゃが芋の炒め煮 果物 ヨーグルト バナナ ヨーグルト 18 せんべい 午後おや ビスケット ビスケット 牛乳 カレールウ 精白米 じゃが芋 大豆 生姜 玉ねぎ にんじん にんにく りんご 豚肩挽肉 サラダ油 トマトピューレ 午前おやつ <u>牛乳</u> 大豆入りキーマカレー 6 昼食 砂糖 キャベツ にんじん ほうれん草 サラダ油 塩 酢 三色サラダ 月 トイト 20 ・ハ アップルゼリ-午後おや 砂糖 りんごジュース りんご缶 粉寒天 せんべい せんべい 午前おやつ 牛乳 さと芋 小松菜 かつお節(だし用) 味噌 さといもと小松菜の味噌汁 でん粉 生姜 めかじき サラダ油 酒 しょうゆ 砂糖 かぶ きゅうり にんじん 塩 酢 かじきの竜田揚げ 昼食 火 甘酢和え 21 午後おやつ 焼きとうもろこ ヨーグルト 食パン ジャム 豆乳バター ヨーグルト 食パン バター・ジャム 8 ロースハム 玉ねぎ かつお節(だし用) しょうゆ 塩 昼食 ハムと玉ねぎのス-水 鶏卵 牛乳 じゃが芋 砂糖 玉ねぎ マッシュルーム(生) 豚肩挽肉 サラダ油 豆乳バター 塩 トマトケチャップ スパニッシュオムレツ 22 ごま油 砂糖 にんじん ブロッコリー 酢 味噌 ノンエッグマヨネーズ 牛乳 野菜の盛り合わせ <u>キ乳</u> 牛乳 人<u>参入りおにぎり</u> 午後おやつ ごま油 精白米 にんじん 酒 塩 午前おやつ牛乳ご飯 牛乳 精白米 キャベツと油揚げの味噌汁 油揚げ キャベツ かつお節 (だし用) 9 ペン粉 でん粉 砂糖 豆腐 玉ねぎ ほしひじき 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩 昼食 木 切干大根の煮物 砂糖 さやいんげん 切り干し大根 にんじん サラダ油 酒 しょうゆ 出し汁 23 午後おやっ 小麦粉 ごま油 さつま芋 砂糖 サラダ油 塩 ベーキングパウダ 午前おやつ 山路おこわ 精白米 もち米 さつま芋 砂糖 にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 玉ねぎ わかめ かつお節 (だし用) 味噌 玉ねぎとわかめの味噌汁 10 鮭のもみじ焼き 昼食 鮭 サラダ油 酒 みりん しょうゆ トマトケチャップ 金 きゅうりのゆかり和え きゅうり ゆかり 24 午後おやっ 食パン 玉ねぎ ツナ缶 しょうゆ 塩 ノンエッグマヨネ ・ 牛乳 豚そぼろ丼 午前おやつ 牛乳 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ じゃが芋 玉ねぎ かつお節 しょうゆ 塩 11 昼食 ♡ キャベツのサラダ 砂糖 キャベツ にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 酢  $\pm$ 果物 ヨーグルト バナナ ヨーグルト 25 せんべい せんべい 午後おやつ ビスケット

## 豊島区保育所標準献立表 完 プ 期 (令和7年 1 0月分) 豊島区子ども家庭部保育課

033				
曜日	日	時間帯	献立名	食 品 名
۳		午前おやつ	牛乳	4乳
月		1 8 700 1	スタミナ丼(軟飯)	精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にら にんじん 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ
			キャベツとじゃが芋のスープ	じゃが芋 キャベツ しょうゆ 塩 出し汁
	27	昼食 ♡	きゅうりとわかめの華風和え	ごま油 砂糖 きゅうり トマト わかめ しょうゆ 酢
			柿のコンポート	柿
		午後おやつ	牛乳	牛乳
-			ハムチーズ蒸しパン	おりケーキミックス ロースハム 牛乳 脱脂粉乳 チーズ 砂糖 サラダ油 塩
		午前おやつ	<u>牛乳</u> 軟飯	<u>牛乳</u> 精白米
			TX版 豆腐と長ねぎの味噌汁	付口不 豆腐 長ねぎ 出し汁 味噌
١.	14	昼食	ポークソテー	小麦粉 砂糖 豚ヒレ肉 サラダ油 中濃ソース 塩
火	28		白菜の塩昆布煮	ごま油 きゅうり にんじん 白菜 塩昆布
			トマト	トマト
		午後おやつ	牛乳	牛乳
			スイートパンプキン	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム 砂糖 かぼちゃ 豆乳バター
	1	午前おやつ	ヨーグルト 食パン	ヨーグルト 食パン
			バター・ジャム	ジャム・豆乳パター
水	15	昼食		小麦粉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム さつま芋 玉ねぎ にんじん ブロッコリー しめじ 鶏もも皮なし肉 サラダ油 豆乳バター 塩 鶏ガラスープ
			もやしのサラダ	砂糖 キャベツ にんじん もやし サラダ油 しょうゆ 塩 酢
	29	午後おやつ	牛乳	牛乳
1			わかめ軟飯	精白米 わかめ
	2	午前おやつ	牛乳 煮込みうどん	牛乳 乾麺 でん粉 砂糖 小松菜 玉ねぎ にんじん 豚肩肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩 出し汁
1.	•	昼食	点込みりこん 高野豆腐とツナの炒め煮	収煙 ぐん初 砂裾 小松菜 玉ねさ にんじん 豚肩肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩 田じ汁
木	16	_~	トマト	トマト
	•	 午後おやつ	牛乳	牛乳
			中華風軟飯	ごま油 精白米 砂糖 にんじん しめじ 豚肩挽肉 しょうゆ
		午前おやつ	牛乳 軟飯	<u>牛乳</u> 精白米
	3		<sup>釈飯</sup> 長ねぎとなすの味噌汁	精旦不 なす 長ねぎ 出し汁 味噌
소	17	昼食 ♡	白身魚のみぞれ煮	砂糖 大根 白身魚 酒 みりん しょうゆ 塩 出し汁
317			しらす和え 利のコンポート	にんじん ほうれん草 もやし しらす干し みりん しょうゆ
	31	<b>=</b> 76 to 2	梨のコンポート 牛乳	本 牛乳
L	Ľ.	午後おやつ	シュガーパン	食パン グラニュー糖 豆乳バター
		午前おやつ	牛乳	牛乳
	,	<b></b>	うまに丼 (軟飯) 玉ねぎとわかめのスープ	ごま油 ハオ油 精白米 でん粉 砂糖 キャベツ 玉ねぎ にんじん マッシュルーム缶 豚肩挽肉 サラダ油 酒 塩 玉ねぎ わかめ しょうゆ 塩 出し汁
	4	昼食 ♡	じゃが芋の炒め煮	じゃが芋 砂糖 にんじん サラダ油 酒 しょうゆ
l±	18		果物	/ <del>1</del>
	10		ヨーグルト せんべい	ヨーグルト
L	L	1 次03 に ノ	ビスケット	赤ちゃん用ビスケット
		午前おやつ	牛乳	4 乳 糖 去 v
	_		軟飯 豚肉と大豆の煮物	精白米  じゃが芋 でん粉 砂糖 大豆 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ
_	6		三色サラダ	砂糖 キャベツ にんじん ほうれん草 サラダ油 塩 酢
月	20		トマト	<b>ト</b> マト
	20	午後おやつ	牛乳 アップルゼリー	牛乳 砂糖 りんごジュース りんご缶 粉寒天
			せんべい	赤ちゃん用せんべい
		午前おやつ	牛乳	4型 (株子-V
	_		軟飯 さといもと小松菜の味噌汁	精白米 さと芋 小松菜 出し汁 味噌
	7	昼食	かじきのかば焼き	でん粉 めかじき サラダ油 酒 しょうゆ
火	•		甘酢和え	砂糖 かぶ きゅうり にんじん 塩 酢
	21		<u>柿のコンポート</u> 牛乳	<u>柿</u> 牛乳
		午後おやつ	丁士 焼きとうもろこし風米粉のお焼き	ベーコン 米粉 クリームコーン缶 サラダ油 しょうゆ 塩 ベーキングパウダー
		午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト 食パン
			食パン バター・ジャム	食パン ジャム 豆乳バター
	8	昼食	ハダー・シャム ハムと玉ねぎのスープ	シャム 豆乳バター ロースハム 玉ねぎ しょうゆ 塩 出し汁
水	00		スパニッシュオムレツ	鶏卵 牛乳 じゃが芋 砂糖 玉ねぎ マッシュルーム (生) 豚肩挽肉 サラダ油 豆乳バター 塩 トマトケチャップ
	22		野菜の盛り合わせ	ごま油 砂糖 にんじん ブロッコリー 酢 味噌 ノンエッグマヨネーズ
		午後おやつ	牛乳 人参入り軟飯	牛乳  ごま油 精白米 にんじん 酒 塩
Н		午前おやつ	大多人 り 秋 敬 牛乳	十乳 インス (こんじん) 石 塩
			軟飯	精白米
	9	昼食	キャベツの味噌汁 和風ハンバーグ	キャベツ 出し汁 味噌  パン粉 でん粉 砂糖 豆腐 玉ねぎ ほしひじき 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩
木	•	三区	切干大根の煮物	砂糖 さやいんげん 切り干し大根 にんじん サラダ油 酒 しょうゆ 出し汁
	23		トマト	h\(\tau\)
		午後おやつ	牛乳 おさつクラッカー	牛乳 小麦粉 ごま油 さつま芋 砂糖 サラダ油 塩 ベーキングパウダー
$\vdash$		午前おやつ	牛乳	+ 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2
			山路おこわ(軟飯)	精白米 もち米 さつま芋 砂糖 にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 塩
	10	尽会○♡	玉ねぎとわかめの味噌汁 鮭のもみじ焼き	玉ねぎ わかめ 出し汁 味噌  鮭 サラダ油 酒 みりん しょうゆ トマトケチャップ
金	•		きゅうりのゆかり和え	鮭 サブダ油 酒 みりん しょうゆ トマトケテャック きゅうり ゆかり
	24		梨のコンポート	<b>梨</b>
		午後おやつ	牛乳 ツナマヨパン	牛乳 食パン まわぎ ツナ矢 しょうゆ 塩 フンエッグマヨネーズ
$\vdash$		午前おやつ	性乳	食パン 玉ねぎ ツナ缶 しょうゆ 塩 ノンエッグマヨネーズ 牛乳
			豚そぼろ丼(軟飯)	精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ
±	11	昼食 ♡	ポテトスープ キャベツのサラダ	じゃが芋 玉ねぎ しょうゆ 塩 出し汁 砂糖 キャベツ にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 酢
	٠		果物	砂糖 イヤヘン にんしん リフタ油 しょうゆ 温 酢 パナナ
	25	左後444-	ヨーグルト	ヨーグルト
		午後おやつ	せんべい ビスケット	赤ちゃん用せんべい 赤ちゃん用ビスケット
			<del></del>	Pr

nai	ı			<u> </u>	
旧日	日	時間帯	献立名	食 品 名	
۳			ミルク	調整粉乳,	
月		11,0300 1	スタミナ丼 (硬粥)	精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にら にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ	
		<b>-</b> • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	キャベツとじゃが芋のスープ	じゃが芋 キャベツ しょうゆ 塩 出し汁	
	27	昼食 ♡	きゅうりとわかめの華風和え	ごま油 砂糖 きゅうり トマト わかめ しょうゆ 酢	
1			柿のコンポート	柿	
		午後おやつ	ミルク	調整粉乳	
			ハムチーズ蒸しパン	オットウーキミックス ロースハム 牛乳 脱脂粉乳 チーズ 砂糖 サラダ油 塩	
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳	
			硬粥	精白米	
	14	_ ^	豆腐と長ねぎの味噌汁	豆腐長ねぎ出し汁味噌	
火		昼食	ミートボール煮	でん粉 砂糖 豚肉団子(肩・玉ねぎ) 中濃ソース	
ľ	28		白菜の塩昆布煮	ごま油 きゅうり にんじん 白菜 塩昆布	
			トマト	トマト 調整粉乳,	
		午後おやつ	ミルク スイートパンプキン	調金切孔 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム 砂糖 かぼちゃ 豆乳バター	
┢		午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	
	1	1 6905 1 2	<u></u> 食パン		
			バター・ジャム	ーー ジャム 豆乳パター	
水	15	昼食	秋野菜のクリーム煮	小麦粉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム さつま芋 玉ねぎ にんじん ブロッコリー しめじ 鶏もも皮なし挽肉 サラダ油 豆乳バター 塩 鶏ガラスープ	
			もやしのサラダ	砂糖 キャベツ にんじん もやし サラダ油 しょうゆ 塩 酢	
	29	午後おやつ	ミルク	調整粉乳	
L			わかめ硬粥	精白米 わかめ	
	2	午前おやつ	ミルク	調整粉乳	
			煮込みうどん 高野豆腐とツナの炒め煮	乾麺 でん粉 砂糖 小松菜 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩 出し汁	
木	16	昼食	高野豆腐とツナの炒め魚 トマト	ごま油 でん粉 凍り豆腐 キャベツ にんじん かつお節 ツナ缶 サラダ油 しょうゆ 塩 出し汁 トマト	
			<u> ドメト</u> ミルク	アメト 調整粉乳,	
	30	午後おやつ	中華風硬粥	ごま油 精白米 砂糖 にんじん しめじ 豚肩挽肉 しょうゆ	
-		午前おやつ	ミルク	調整粉乳	
	3		硬粥	精白米	
		<b>-</b> • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	長ねぎとなすの味噌汁	なす長ねぎ出し汁味噌	
金	17	昼食 ♡	白身魚のみぞれ煮 しらす和え	砂糖 大根 白身魚 酒 みりん しょうゆ 塩 出し汁 にんじん ほうれん草 もやし しらす干し みりん しょうゆ	
			型のコンポート	にんしん はブルルグ もでし しらり 下し かりん しょブダ 利	
	31	<b>左</b> 從 4、14 ~	<u>未のコンバー</u> ミルク	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
		午後おやつ	シュガーパン	食パン グラニュー糖 豆乳パター	
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳	
			うまに丼 (硬粥) 玉ねぎとわかめのスープ	ごま油 ハオ油 精白米 でん粉 砂糖 キャベツ 玉ねぎ にんじん マッシュルーム缶 豚肩挽肉 サラダ油 酒 塩 玉ねぎ わかめ しょうゆ 塩 出し汁	
١.		昼食 ♡	じゃが芋の炒め煮	エねさ 400% しょうゆ 塩 ロしバ じゃが芋 砂糖 にんじん サラダ油 酒 しょうゆ	
±			果物	パナナ	
	18		ヨーグルト	ヨーグルト	
		午後おやつ	せんべい	赤ちゃん用せんべい	
-		午前おやつ	ビスケット ミルク	赤ちゃん用ビスケット 調整粉乳	
		丁則のピン	<del>[2/6/2</del>	精白光	
	6	昼食 ♡	豚肉と大豆の煮物	じゃが芋 でん粉 砂糖 大豆 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ	
月		●及 ∨	三色サラダ	砂糖 キャベツ にんじん ほうれん草 サラダ油 塩 酢	
Ι΄΄	20		トマト ミルク	トマト 調整料到	
				神空切孔 砂糖 りんごジュース りんご缶 粉寒天	
		1 1203 ( 2	せんべい	赤ちゃん用せんべい	
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳	
				精白米	
	7	昼食	さといもと小松菜の味噌汁 かじきのかば焼き	さと芋 小松菜 出し汁 味噌 でん粉 めかじき サラダ油 酒 しょうゆ	
火	'	正及	甘酢和え	砂糖 かぶ きゅうり にんじん 塩 酢	
	21		柿のコンポート	柿 調整粉乳	
		午後おやつ	ミルク		
$\vdash$	-			ベーコン 米粉 クリームコーン缶 サラダ油 しょうゆ 塩 ベーキングパウダー ヨーグルト	
		午前おやつ	ヨーグルト 食パン	食パン	
	8		バター・ジャム	ジャム 豆乳パター	
水		昼食	ハムと玉ねぎのスープ	ロースハム 玉ねぎ しょうゆ 塩 出し汁	
1	22		スパニッシュオムレツ	鶏卵 牛乳 じゃが芋 砂糖 玉ねぎ マッシュルーム(生) 豚肩挽肉 サラダ油 豆乳バター 塩 トマトケチャップ	
			野菜の盛り合わせ ミルク	ごま油 砂糖 にんじん ブロッコリー 酢 味噌 ノンエッグマヨネーズ 調整粉乳	
		午後おやつ	人参入り硬粥	ごま油 精白米 にんじん 酒 塩	
Г		午前おやつ	ミルク	調整粉乳	
			硬粥	精白米	
	9	昼食	キャベツの味噌汁 煮込み和風ハンバーグ	キャベツ 出し汁 味噌 パン粉 でん粉 砂糖 豆腐 玉ねぎ ほしひじき 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩	
木		三尺	切干大根の煮物	がという。 でんが、砂糖・豆腐 玉ねさ はとびとさ 豚肩疣肉 ケブダ油 みずん とようゆ 塩 砂糖 さやいんげん 切り干し大根 にんじん サラダ油 酒 しょうゆ 出し汁	
	23		トマト	トマト	
		午後おやつ	ミルク	調整粉乳	
$\vdash$			おさつクラッカー ミルク	小麦粉 ごま油 さつま芋 砂糖 サラダ油 塩 ベーキングパウダー	
		午前おやつ	ミルク 山路おこわ(硬粥)	調整粉乳 精白米 もち米 さつま芋 砂糖 にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 塩	
	10		玉ねぎとわかめの味噌汁	横口木 もちれ さっま子 砂橋 にんじん じめじ 類内側反なじ代内 サブダ油 冶 じょうゆ 塩玉ねぎ わかめ 出し汁 味噌	
金			鮭のもみじ焼き	鮭 サラダ油 酒 みりん しょうゆ トマトケチャップ	
317	24		きゅうりのゆかり和え	きゅうり ゆかり	
	24		梨のコンポート   こころ	利 大 暗故处回	
		午後おやつ	ミルク ツナマヨパン	調整粉乳 食パン 玉ねぎ ツナ缶 しょうゆ 塩 ノンエッグマヨネーズ	
$\vdash$	$\vdash$	午前おやつ	ミルク	調整粉乳	
±			豚そぼろ丼(硬粥)	精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ	
	11	昼食 ♡	ポテトスープ キャベッのサラダ	じゃが芋 玉ねぎ しょうゆ 塩 出し汁	
			キャベツのサラダ 果物	砂糖 キャベツ にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 酢 バナナ	
	25		<u> </u>	/ // / ヨーグルト	
		午後おやつ	せんべい	赤ちゃん用せんべい	
			ビスケット	赤ちゃん用ビスケット	

### 豊島区保育所標準献立表 中 期 (令和7年10月分)豊島区子ども家庭部保育課

曜日	日	時間帯	献立名	食 品 名
		午前	ミルク	調整粉乳
			粥	精白米
月	27	F-44	野菜の煮物	じゃが芋 でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁
		午後	つくねの煮物	でん粉 鶏肉団子(ササミ/玉ねぎ) 出し汁
			ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	14		粥	精白米
火		<b>左</b> 级	人参の煮物	でん粉 にんじん 出し汁
	28	午後	豆腐とキャベツの旨煮	でん粉 豆腐 キャベツ 出し汁
	20		ミルク	調整粉乳
	1	午前	ミルク	調整粉乳
	<b>:</b>		パン粥	食パン スープ
水	15	午後	じゃが芋のスープ煮	じゃが芋 スープ
	29	十仮	ささみと野菜の煮物	でん粉 にんじん ほうれん草 鶏肉団子(ササミ/玉ねぎ) 出し汁
	29		ミルク	調整粉乳
	2	午前	ミルク	調整粉乳
<b> </b>	16		煮込みうどん	乾麺 でん粉 玉ねぎ にんじん 鶏肉団子(ササヤ:/玉ねぎ) 出し汁
	•	午後	キャベツと人参の煮物	でん粉 キャベツ にんじん 出し汁
	30		ミルク	調整粉乳
	3	午前	ミルク	調整粉乳
	•		粥	精白米
金	17	午後	野菜の煮浸し	でん粉 キャベツ にんじん ほうれん草 出し汁
	31	1 12	魚のくず煮	でん粉 白身魚 出し汁
	01		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	4		粥	精白米
土	•	午後	じゃが芋と人参のスープ煮	じゃが芋 にんじん スープ
	18		肉団子の煮物	でん粉 キャベツ 鶏肉団子(ササミ/玉ねぎ) 出し汁
			ミルク	調整粉乳
	_	午前	ミルク	調整粉乳
	6		粥	精白米
月		午後		でん粉 にんじん ほうれん草 スープ
	20	)   ' 🖺	つくねと野菜の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 鶏肉団子(ササト/玉ねぎ) 出し汁
			ミルク	調整粉乳
	7	午前	ミルク	調整粉乳 1:2: : : : : : : : : : : : : : : : : : :
١.	/	午後	粥	精白米
火	•		さといもと人参の煮物	さと芋 でん粉 にんじん 出し汁
	21		煮魚	でん粉 白身魚 出し汁
-			ミルク	調整粉乳
	8	午前	ミルク   粥	調整粉乳 精白米
水			│ <sup>ントウ</sup> │ブロッコリーのスープ煮	精口木  でん粉 にんじん ブロッコリー スープ
\n\		午後	卵とほうれん草の煮浸し	鶏卵 でん粉 ほうれん草 スープ
	22		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	9	午後	粥	精白米
木	•		煮トマト	トマト
	23		肉団子と野菜のあんかけ煮	でん粉 玉ねぎ にんじん 鶏肉団子(ササト/玉ねぎ) 出し汁
-		<i>τ</i> ↔	ミルク	調整粉乳
	10	午前	ミルク   粥	調整粉乳 精白米
金		午後	<sup>妍</sup>  さつま芋と人参のスープ煮	精日本  さつま芋 でん粉 にんじん スープ
317			魚と野菜の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 白身魚 出し汁
	24		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	11		粥	精白米
土	•	午後	玉ねぎと人参の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁
	25	〒1久	ささみと野菜のくず煮	でん粉 にんじん ほうれん草 鶏肉団子(ササミ/玉ねぎ) 出し汁
			ミルク	調整粉乳
				もまて担 みがもります ニマネエキい

### 豊島区保育所標準献立表 初 期 (令和7年10月分)豊島区子ども家庭部保育課

曜日	日	時間帯	献立名	食 品 名
		午前	ミルク	調整粉乳
月	27	午後	粥 野菜の煮物	精白米 じゃが芋 でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁
		午前	ミルク	調整粉乳
	14	一	ミルク     粥	調整粉乳 
火	•		<sup>)か</sup>   人参の煮物	情ロ本   でん粉 にんじん 出し汁
	28	午後	豆腐とキャベツの旨煮	でん粉 豆腐 キャベツ 出し汁
	20		ミルク	調整粉乳
	1	午前	ミルク	調整粉乳
	÷		パン粥	食パン スープ
水	15	午後	じゃが芋のスープ煮	じゃが芋 スープ
	<b>.</b> 29	1 12	野菜の煮物	でん粉 にんじん ほうれん草 出し汁
			ミルク	調整粉乳
	2	午前	ミルク 煮込みうどん	調整粉乳 
木	16	午後	点込みうとん   キャベツと人参の煮物	取麺   でん材 玉ねさ にんしん 田し汁   でん粉 キャベツ にんじん 出し汁
	30	T1支	ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	3		粥	精白米
金	17	F 44	野菜の煮浸し	でん粉 キャベツ にんじん ほうれん草 出し汁
	• 31	午後	魚のくず煮	でん粉 白身魚 出し汁
	δī		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
١.	4		粥	精白米
土	•	午後	じゃが芋と人参のスープ煮	じゃが芋 にんじん スープ
	18		キャベツの煮浸し ミルク	でん粉 キャベツ 出し汁 調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	6			精白米
月		<b>-</b>	1	でん粉 にんじん ほうれん草 スープ
	20	午後	野菜の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁
			ミルク	調整粉乳
	_	午前	ミルク	調整粉乳
١.	7	午後	粥	精白米
火	•		さといもと人参の煮物	さと芋 でん粉 にんじん 出し汁
	21		煮魚	でん粉 白身魚 出し汁 調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	8	午後	粥	精白米
水	22		ブロッコリーのスープ煮	でん粉 にんじん ブロッコリー スープ
			卵黄のくず煮	鶏卵 でん粉 スープ
			ミルク	調整粉乳
	_	午前	ミルク	調整粉乳
_	9		粥	精白米
木		午後	煮トマト	\bullet \bul
	23		野菜のあんかけ煮	でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁 調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	10	-1-12-3	粥	精白米
金	•	午後	さつま芋と人参のスープ煮	さつま芋 でん粉 にんじん スープ
	24	1 12	魚と野菜の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 白身魚 出し汁
		午前	ミルク	調整粉乳調整粉乳
	11	נים ו	  粥	精白米
±		午後	玉ねぎと人参の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁
	25		野菜のくず煮	でん粉 にんじん ほうれん草 出し汁
Ļ		合材の納る	ミルク	調整粉乳   東ォス提会があります。 ごて承下さい

# 豊島区保育所標準献立表 (令和7年10月分)

#### 補食

豊島区子ども家庭部保育課

曜	日	献立名	食 品 名
		むぎ茶	麦茶
月	27	さつま芋の	さつま芋 でん粉 砂糖 みりん しょうゆ
		みたらし和え	
	14	むぎ茶	麦茶
火		米粉の人参ケーキ	米粉 砂糖 にんじん サラダ油 ベーキングパウダー
	28		
	1	むぎ茶	麦茶
水	15	りんごゼリー	砂糖 りんご缶 りんご缶詰(液汁) レモン 粉寒天
	29		
	2	むぎ茶	麦茶
木	16	米粉のケーキ	米粉 砂糖 サラダ油 ベーキングパウダー
	30		
	3.	むぎ茶	麦茶
金	17	芋もち(砂糖正油)	じゃが芋 でん粉 砂糖 サラダ油 しょうゆ
	31		
	4	むぎ茶	麦茶
土		せんべい	せんべい
	18	ビスケット	ビスケット
	6	むぎ茶	麦茶
月		ジャム入り	米粉 砂糖 ジャム サラダ油 ベーキングパウダー
	20	米粉ケーキ	
	7	むぎ茶	麦茶
火	•	さつま芋の茶巾絞り	さつま芋の糖
	21		
	8	むぎ茶	麦茶
水		米粉のココアケーキ	米粉 砂糖 サラダ油 ココア ベーキングパウダー
	22		
	9	むぎ茶	麦茶
木		レモンゼリー	砂糖 レモン 粉寒天
	23		
	10	むぎ茶	麦茶
金		青のりポテト	じゃが芋 あおのり 塩
	24		
	11	むぎ茶	麦茶
土		せんべい	せんべい
	25	ビスケット	ビスケット

献立は食材の納入状況や園行事等により変更する場合があります。ご了承下さい。 <後期・完了期について> ご飯・ココア・黒糖・カレー粉を使用した献立→赤ちゃん用せんべい 市販菓子→赤ちゃん用菓子を提供します