(令和7年11月分) 豊島区子ども家庭部保育課

18.5g 脂質

エネルギー 535Kcal たん白質 15.7g 食塩相当量 Н 時間帯 献立名 묘 食 名 ごま油 ハオ油 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 白菜 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ 中華丼 玉ねぎ わかめ かつお節 (だし用) しょうゆ 塩 わかめスープ 昼食 切干大根のナムル風 ごま油 ロースハム きゅうり 切り干し大根 にんじん しょうゆ 酢 月 10 果物 牛乳 午後おやつ ココアク ホットケーキミックス 脱脂粉乳 牛乳 砂糖 豆乳バター ココア 二飯 精白米 鶏卵 でん粉 小松菜 玉ねぎ にんじん かつお節(だし用) しょうゆ 塩 かきたま汁 11 昼食 かじきの照り焼き でん粉 砂糖 めかじき サラダ油 酒 みりん しょうゆ 火 ひじきの煮物 ごま油 砂糖 大豆 さやいんげん にんじん ほしひじき サラダ油 酒 しょうゆ トマト トマト 25 牛乳 牛乳 午後おやつ ハッシュドポテ じゃが芋 でん粉 砂糖 サラダ油 塩 トマトケチャップ 食パン 食パン バター・ジャム ジャム 豆乳バター 12 昼食 ジュリエンヌスープ ロースハム 玉ねぎ にんじん しょうゆ 塩 鶏ガラスープ 水 かぼちゃグラタン 小麦粉 チーズ 牛乳 生クリーム かぼちゃ 玉ねぎ 鶏肉胸皮なし サラダ油 豆乳バター 塩 26 白菜のサラダ 砂糖 きゅうり にんじん 白菜 サラダ油 塩 酢 牛乳 牛乳 午後おやつ 昆布おにぎり 精白米 塩昆布 スパゲティミートソース スパゲティ 米粉 生姜 玉ねぎ にんじん にんにく 豚肩挽肉 サラダ油 塩 トマトピューレ トマトケチャップ 備蓄用スープ 備蓄用スープ 13 昼食 ブロッコリーサラダ 砂糖 にんじん ブロッコリー 塩 酢 ノンエッグマヨネ-りんこ 果物 27 牛到. 4到 午後おやつ きのこ炊き込みご飽 精白米 にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩 精白米 油揚げと豆腐の味噌汁 豆腐 油揚げ かつお節(だし用) 味噌 白身魚の煮付け 砂糖 白身魚 酒 みりん しょうゆ 塩 出し汁 昼食 ♡ 14 野菜炒め キャベツ 小松菜 にんじん 豚肩肉 サラダ油 しょうゆ 塩 トマト 金 トマト 28 牛到. 牛乳 生クリー -ムサンド (14日) 食パン 生クリーム 砂糖 午後おやつ 果物(14日) みかん缶 生クリームサンド(28日) 食パン 生クリーム 砂糖 バナナ 高野豆腐のそぼろ丼 精白米 でん粉 砂糖 凍り豆腐 玉ねぎ にんじん 鶏もも皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ じゃが芋 にんじん かつお節 味噌 じゃが芋と人参の味噌汁 1 昼食 ♡ キャベツのサラダ 砂糖 キャベツ にんじん サラダ油 塩 酢 15 果物 バナナ + ヨーグルト ヨーグルト 29 午後おや せんべい せんべい ビスケット ビスケット 秋野菜カレ カレールウ 精白米 さつま芋 生姜 玉ねぎ にんじん にんにく りんご しめじ 鶏肉胸皮なし サラダ油 トマトピューレ 砂糖 きゅうり 大根 にんじん 塩 酢 甘酢和え 昼食 ♡ トイト 月 17 トマト 午後おやつ きな粉ゼリ 牛乳 黒砂糖 砂糖 きな粉 粉寒天 二飯 精白米 玉ねぎ 長ねぎ わかめ かつお節(だし用) しょうゆ 塩 わかめとねぎの清汁 4 昼食 ♡ 生揚げとキャベツの味噌炒め でん粉 砂糖 生揚げ キャベツ にんじん 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ 味噌 火 おかか和え 小松菜 にんじん かつお節 しょうゆ 出し汁 <u>-</u> ⊦∡⊦ 18 トマト (18日) 牛乳. 牛乳 午後おやつ 肉まんじゅう 小麦粉 パン粉 ごま油 砂糖 生姜 玉ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 ドライイ-食パン 食パン バター・ジャム ジャム 豆乳バタ 備蓄用スープ 備蓄用スープ 5 昼食 バーベキューチキン 砂糖 にんにく 鶏もも皮なし肉 サラダ油 酒 ウスターソース しょうゆ 塩 トマトケチャップ 水 スティック野菜のマリネ 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 塩 酢 19 午後おやっ ツナカレ 精白米 玉ねぎ にんじん ツナ缶 サラダ油 塩 カレ一粉 パセリ ご飯 精白米 ふりかけ おかかふりかけ 6 昼食 豚汁 ごぼう 大根 にんじん 長ねぎ かつお節(だし用) 豚肩肉 サラダ油 味噌 鶏卵 砂糖 キャベツ あおのり 豚肩挽肉 サラダ油 中濃ソース 塩 ノンエッグマヨネーズ 厚焼き卵のお好み焼き風 木 胡麻和え 20 ごま 砂糖 にんじん ほうれん草 もやし しょうゆ 牛乳 牛乳. 午後おやつ さつまる ホットケーキミックス さつま芋 グラニュー糖 サラダ油 長ねぎとえのきの清汁 長ねぎ えのきたけ わかめ かつお節(だし用) しょうゆ 塩 砂糖 キャベツ 玉ねぎ にんじん もやし 鮭 サラダ油 酒 みりん しょうゆ 塩 味噌 7 昼食 ♡ 鮭のちゃんちゃん焼き 金 コロコロサラダ ごま油 さと芋 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 しょうゆ 酢 21 果物 りんご 牛乳 午後おやつ <u>-ズ 食パン ベーコン 玉ねぎ サラダ油 </u>トマトケチャップ パセリ 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ あんかけ丼 キャベツ 玉ねぎ かつお節 味噌 キャベツと玉ねぎの味噌汁 昼食 ♡ 8 かぼちゃの含め煮 砂糖 かぼちゃ しょうゆ 塩 バナナ 土 果物 ヨーグルト ヨーグルト 22 午後おやっ せんべい せんべい

490Kcal たん白質 475Kcal 曜日 時間帯 献立名 食 名 品 牛乳 午前おや ずま油 ハオ油 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 白菜 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ 中華地 こよ而 7 0 7 情日本 こんが 9 情 まなさ こんじい 日来 18月1日 玉ねぎ わかめ かつお節(だし用) しょうゆ 塩 ごま油 ロースハム きゅうり 切り干し大根 にんじん しょうゆ 酢 わかめスーフ 昼食 切干大根のナムル風 月 10 午後おやつ **ホットケーキミックス** 牛乳 精白米 午前おやつ かきたま汁 鶏卵 でん粉 小松菜 玉ねぎ にんじん かつお節(だし用) しょうゆ 塩 11 かじきの照り焼き でん粉 砂糖 めかじき サラダ油 酒 みりん しょうゆ 昼食 火 ごま油 砂糖 大豆 さやいんげん にんじん ほしひじき サラダ油 酒 しょうゆ ひじきの煮物 25 牛乳 午後おやっ ハッシュドオ ヨーグルト 食パン ョーグルト 食パン 午前おやつ **ヾ**ター・ジャム ジャム 豆乳バタ 12 ジュリエンヌスー かぼちゃグラタン ロースハム 玉ねぎ にんじん しょうゆ 塩 鶏ガラス・ 昼食 水 小麦粉 チーズ 牛乳 生クリーム かぼちゃ 玉ねぎ 鶏肉胸皮なし サラダ油 豆乳バタ 26 砂糖 きゅうり にんじん 白菜 サラダ油 塩 酢 白菜のサラダ 牛乳 午後おや 昆布おにぎり 精白米 塩昆布 キ乳 | スパゲティミートソース | プ <u>牛乳</u> スパゲティ 米粉 生姜 玉ねぎ にんじん にんにく 豚肩挽肉 サラダ油 塩 トマトビューレ トマトケチャップ 午前おやつ 13 備蓄用ス 備蓄用ス-昼食 砂糖 にんじん ブロッコリー 塩 酢 ノンエッグマヨネーズ ブロッコリーサラダ 木 27 午後おやつ 精白米(きのこ 午前おやつ 牛乳ご飯 牛乳 精白米 豆腐 油揚げ かつお節 (だし用) 油揚げと豆腐の味噌汁 14 昼食 ♡ 砂糖 白身魚 酒 みりん しょうゆ 塩 出し汁 キャベツ 小松菜 にんじん 豚肩肉 サラダ油 しょうゆ 塩 白身魚の煮付け 野菜炒め 金 トマト 28 牛到 牛乳 食パン 生クリーム 砂糖 -ムサンド (14日) 午後おや 果物(14日) みかん缶 生クリームサン 食パン 生クリーム 砂糖 バナナ 午前おやつ 牛乳 高野豆腐のそぼろ丼 でん粉 砂糖 凍り豆腐 玉ねぎ にんじん 鶏もも皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ じゃが芋 にんじん かつお節 味噌 じゃが芋と人参の味噌汁 昼食 キャベツのサラダ 砂糖 キャベツ にんじん サラダ油 塩 酢 15 ・ 果物 ヨーグルト バナナ ヨーグルト せんべい 午後おや せんべい ビスケット ビスケット _ 牛乳 秋野菜カレー 牛乳 カレールウ 精白米 さつま芋 生姜 玉ねぎ にんじん にんにく りんご しめじ 鶏肉胸皮なし サラダ油 トマトビューレ 午前おや 昼食 甘酢和え 砂糖 きゅうり 大根 にんじん 塩 酢 トイト <u>- さい</u> きな粉ゼリ 牛乳 黒砂糖 砂糖 きな粉 粉寒天 午前おや わかめとねぎの清汁 4 生揚げとキャベツの味噌炒め 昼食 火 おかか和え 小松菜 にんじん かつお節 しょうゆ 出し汁 18 トマト (18日) トふト 午後おやつ 肉まんじゅう 小麦粉 パン粉 ごま油 砂糖 生姜 玉ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 ョーグルト 食パン ョーグルト 食パン 午前おやつ バター・ジャム ジャム 豆乳バタ 備蓄用スープ 5 昼食 バーベキューチキン 水 スティック野菜のマリネ 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 塩 酢 19 牛乳 午後おやつ 精白米 玉ねぎ にんじん 午前おやつ 牛乳 精白米 ふりかけ おかかふりかけ 6 昼食 ごぼう 大根 にんじん 長ねぎ かつお節(だし用) 豚肩肉 サラダ油 味噌 木 厚焼き卵のお好み焼き風 鶏卵 砂糖 キャベツ あおのり 豚肩挽肉 サラダ油 中濃ソース 塩 ノンエッグマヨネ 20 胡麻和え ごま 砂糖 にんじん ほうれん草 もやし しょうゆ 午後おやっ 午前おやつ 長ねぎとえのきの清汁 玉ねぎ にんじん もやし 鮭 サラダ油 酒 みりん しょうゆ 塩 味噌 昼食 金 コロコロサラダ ずま油 さと芋 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 しょうゆ 酢 21 幫 午後おやつ ーズ 食パ<u>ン ベーコン 玉ねぎ サラダ油 トマトケチャップ パセ</u> コンチーズパン 牛乳 あんかけ丼 〒11 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ キャベツと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃの含め煮 キャベツ 玉ねぎ かつお節 味噌砂糖 かぼちゃ しょうゆ 塩 8 昼食 バナナ ヨーグルト 果物 ヨーゲルト 22 せんべい せんべい 午後おやつ

豊島区保育所標準献立表 完 **7 期** (令和7年11月分)豊島区子ども家庭部保育課

显出巨体自然体中队工权 2.20				
曜日	日	時間帯	献立名	食 品 名
F		午前おやつ	牛乳	牛乳
			中華丼(軟飯)	ごま油 ハオ油 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 白菜 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ
		昼食 ♡	わかめスープ	玉ねぎ わかめ しょうゆ 塩 出し汁
月	10		切干大根のナムル風 柿のコンポート	ロースハム ごま油 きゅうり 切り干し大根 にんじん しょうゆ 酢
			<u> </u>	¹⁷⁰ 牛乳
		午後おやつ	ホットケーキ	ャパーキャックス 牛乳 脱脂粉乳 サラダ油 豆乳バター
		午前おやつ	牛乳 #665	牛乳
	4.4		軟飯 かきたま汁	精白米 鶏卵 でん粉 小松菜 玉ねぎ にんじん しょうゆ 塩 出し汁
火	11		かじきの照り焼き	でん粉 砂糖 めかじき サラダ油 酒 みりん しょうゆ
×	• 25		ひじきの煮物	ごま油 砂糖 大豆 さやいんげん にんじん ほしひじき サラダ油 酒 しょうゆ
	20		トマト 牛乳	トマト 牛乳
			粉ふき芋	じゃが芋 塩
		午前おやつ	ヨーグルト	ヨーブルト
	12		食パン バター・ジャム	食パン ジャム 豆乳バター
水		昼食	ジュリエンヌスープ	ロースハム 玉ねぎ にんじん しょうゆ 塩 鶏ガラスープ
ļ''`	26		かぼちゃグラタン 白菜のサラダ	小麦粉 牛乳 生クリーム チーズ かぼちゃ 玉ねぎ 鶏肉胸皮なし サラダ油 豆乳バター 塩 砂糖 きゅうり にんじん 白菜 サラダ油 塩 酢
		午後おやつ	<u>ロネップ・プラー</u> 牛乳	<u> </u>
		十仮わでノ	昆布軟飯	精白米 塩昆布
		午前おやつ	<u>牛乳</u> ミートソースうどん	牛乳 乾麺 米粉 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 塩 トマトピューレ トマトケチャップ
	13	昼食	備蓄用スープ	備蓄用スープ
木			ブロッコリーサラダ 煮りんご	砂糖 にんじん ブロッコリー 塩 酢 ノンエッグマヨネーズ りんご
	27		<u> </u>	9ん <u>-</u> 牛乳
		十依めやり	きのこ軟飯	精白米 にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩
		午前おやつ	牛乳 軟飯	<u>牛乳</u> 精白米
			^{(大) 以} 豆腐の味噌汁	^{相口不} 豆腐 出し汁 味噌
	14		白身魚の煮付け	砂糖 白身魚 酒 みりん しょうゆ 塩 出し汁
金	•		野菜炒め煮 トマト	キャベツ 小松菜 にんじん 豚肩肉 サラダ油 しょうゆ 塩 トマト
	28		<u> </u>	<u> </u>
			ジャムサンド	食パン ジャム
			果物(14日) 果物(28日)	みかん缶 バ ナナ
F			牛乳.	牛 乳.
	1			精白米 でん粉 砂糖 凍り豆腐 玉ねぎ にんじん 鶏もも皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ
١.	•	昼食 ♡	じゃが芋と人参の味噌汁 キャベツのサラダ	じゃが芋 にんじん 出し汁 味噌 砂糖 キャベツ にんじん サラダ油 塩 酢
±	15		果物	バ ナナ
	20	ケ络かりつ	ヨーグルト	ヨーグルト また ** / B#/ - メン
	29	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
		午前おやつ	牛乳	牛乳
			軟飯 鶏肉と秋野菜の煮物	精白米 さつま芋 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし サラダ油 しょうゆ
月	17	昼食 ♡	甘酢和え	砂糖 きゅうり 大根 にんじん 塩 酢
			トイト	<u> </u>
			牛乳 きな粉ゼリー	牛乳 牛乳 砂糖 きな粉 粉寒天
			牛乳	牛乳
			軟飯 わかめとねぎの清汁	精白米 玉ねぎ 長ねぎ わかめ しょうゆ 塩 出し汁
火	4			でん粉 砂糖 生揚げ キャベツ にんじん 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ 味噌
\ X	18		おかか和え	小松菜 にんじん かつお節 しょうゆ 出し汁
	10		トマト(18日) 牛乳	トマト 牛乳
L		午後おやつ	中乳 肉まんじゅう	十れ 小麦粉 パン粉 ごま油 砂糖 玉ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 ドライイースト ベーキングパウダー
		午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト
	F		食パン・バター・ジャム 備蓄用スープ	食パン ジャム 豆乳バター 備蓄用スープ
水	5	昼食	バーベキューチキン煮	一でん粉 砂糖 鶏もも皮なし肉 サラダ油 酒 ウスターソース しょうゆ 塩 トマトケチャップ
\^\	19		スライス野菜のマリネ 柿のコンポート	砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 塩 酢
			州のコンホート 牛乳	伽 牛乳
L		十仮わでノ	ツナ軟飯	精白米 玉ねぎ にんじん ツナ缶 サラダ油 塩 パセリ
1		午前おやつ	牛乳 軟飯	牛乳 精白米
1	6	日合	豚汁	ごぼう 大根 にんじん 長ねぎ 豚肩肉 サラダ油 出し汁 味噌
木	•	昼食		鶏卵 砂糖 キャベツ あおのり 豚肩挽肉 サラダ油 中濃ソース 塩 ノンエッグマヨネーズ
	20		胡麻和え 牛乳	ごま 砂糖 にんじん ほうれん草 もやし しょうゆ 牛乳
L	L	干技ので	さつま芋入りホットケーキ	ホットケーキミックス さつま芋 サラダ油
		午前おやつ	牛乳	4到 11.
	_		軟飯 長ねぎとえのきの清汁	精白米 長ねぎ えのきたけ わかめ しょうゆ 塩 出し汁
金	7	昼食 ♡	鮭のちゃんちゃん焼き	砂糖 キャベツ 玉ねぎ にんじん もやし 鮭 サラダ油 酒 みりん しょうゆ 塩 味噌
17	21		スライス野菜サラダ 煮りんご	ごま油 さと芋 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 しょうゆ 酢 りんご
			<u> 魚りんこ</u> 牛乳	9ん <u>-</u> 牛乳
L		午後おやつ	ベーコンチーズパン	食パン ベーコン チーズ 玉ねぎ サラダ油 トマトケチャップ パセリ
		午前おやつ	牛乳 あんかけ丼(軟飯)	<u>牛乳</u> 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ
	8	昼食 ♡	キャベツと玉ねぎの味噌汁	キャベツ 玉ねぎ 出し汁 味噌
±		□皮 ∨	かぼちゃの含め煮	砂糖 かぼちゃ しょうゆ 塩
Γ	22		果物 ヨーグルト	パナナ ヨーグルト
		午後おやつ	せんべい	赤ちゃん用せんべい
±,	1		ビスケット	赤ちゃん用ビスケット 再する場合があります。 ごて乗下さい。♡の日はマレルギ―に配慮した齢立です

172	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			
当	日	時間帯	献立名	食 品 名
			ミルク	調整粉乳
L			中華丼(硬粥)	ごま油 ハオ油 精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 白菜 豚肩挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 玉ねぎ わかめ しょうゆ 塩 出し汁
	10		わかめスープ 切干大根のナムル風	エねさ イがめ しょうゆ 塩 田じ汁 ロースハム ごま油 きゅうり 切り干し大根 にんじん しょうゆ 酢
"	10		柿のコンポート	柿
			ミルク	調整粉乳
_				オットケーキミックス 牛乳 脱脂粉乳 サラダ油 豆乳バター
		午前おやつ	ミルク 硬粥	調整粉乳 精白米
	11			鶏卵 でん粉 小松菜 玉ねぎ にんじん しょうゆ 塩 出し汁
火			かじきの照り焼き	でん粉 砂糖 めかじき サラダ油 酒 みりん しょうゆ
^	25		ひじきの煮物 トマト	ごま油 砂糖 大豆 さやいんげん にんじん ほしひじき サラダ油 酒 しょうゆ トマト
		 午後おやつ	ミルク	調整粉乳
<u> </u>			粉ふき芋	じゃが芋 塩
		午前おやつ	ヨニクルト 食パン	ヨーグルト 食パン
	12		バター・ジャム	ジャム 豆乳バター
水			ジュリエンヌスープ かぼちゃグラタン	ロースハム 玉ねぎ にんじん しょうゆ 塩 鶏ガラスープ 小麦粉 牛乳 生クリーム チーズ かぼちゃ 玉ねぎ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 豆乳バター 塩
	26		白菜のサラダ	砂糖 きゅうり にんじん 白菜 サラダ油 塩 酢
		午後おわつ	ミルク	調整物乳
\vdash			昆布硬粥 ミルク	精白米 塩昆布 調整粉乳
		. 1. 0 10 2 1 2	ミートソースうどん	乾麺 米粉 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 塩 トマトビューレ トマトケチャップ
木	13	昼食	備蓄用スープ ブロッコリー サ ラダ	備蓄用スープ 砂糖 にんじん ブロッコリー 塩 酢 ノンエッグマヨネーズ
^	• 27		煮りんご	りんご
		左纵 小压。	ミルク	調整粉乳
\vdash				精白米 にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ 塩 調整粉乳
				調整粉乳 精白米
			豆腐の味噌汁 白身魚の煮付け	豆腐 出し汁 味噌 砂糖 白身魚 酒 みりん しょうゆ 塩 出し汁
١,		昼良 ∨	日夕黒の気刊り 野菜炒め煮	砂糖 日夕魚 沿 みりん しょうゆ 塩 田し汗 キャベツ 小松菜 にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩
金	28		トマト	トマト
	Zδ		ミルク ジャムサンド	調整粉乳 食パン ジャム
		午後おやつ	果物(14日)	みかん缶
<u> </u>			果物 (28日)	パナナ
	1	午前おやつ	ミルク 高野豆腐のそぼろ丼(硬粥)	調整粉乳 精白米 でん粉 砂糖 凍り豆腐 玉ねぎ にんじん 鶏もも皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ
	Ľ	昼食 ♡	じゃが芋と人参の味噌汁	じゃが芋 にんじん 出し汁 味噌
l±	15		キャベツのサラダ 果物	砂糖 キャベツ にんじん サラダ油 塩 酢
			木物 ヨーグルト	バナナ ヨーグルト
	29	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
			硬粥	精白米
L	17	昼食 ♡	鶏肉と秋野菜の煮物	さつま芋 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん しめじ 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 しょうゆ 砂糖 きゅうり 大根 にんじん 塩 酢
7	17		<u>甘酢和え</u> トマト	トマト
			ミルク	調整粉乳
-			きな粉ゼリー ミルク	牛乳 砂糖 きな粉 粉寒天 調整粉乳
		一門のマン	硬粥	精白米
	4			玉ねぎ 長ねぎ わかめ しょうゆ 塩 出し汁
火			生物けどキャヘツの味噌炒め煮 おかか和え	でん粉 砂糖 生揚げ キャベツ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 味噌 小松菜 にんじん かつお節 しょうゆ 出し汁
	18		トマト (18日)	h7h
		午後おやつ	ミルク 肉まんじゅう	調整粉乳 小麦粉 パン粉 ごま油 砂糖 玉ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 ドライイースト ベーキングパウダー
H		午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト
			食パン・バター・ジャム	食パン ジャム 豆乳パター
١.	5		備蓄用スープ 鶏肉団子のバーベキュー煮	備蓄用スープ でん粉 砂糖 鶏もも皮なし挽肉 酒 ウスターソース しょうゆ 塩 トマトケチャップ
水	•		スライス野菜のマリネ	砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 塩 酢
	19		柿のコンポート	柿 翻乾奶煎
		午後おやつ	ミルク ツナ硬粥	調整粉乳 精白米 玉ねぎ にんじん ツナ缶 サラダ油 塩 パセリ
			ミルク	調整粉乳
	6		硬粥 豚汁	精白米 ごぼう 大根 にんじん 長ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 出し汁 味噌
木	Ĺ	昼 艮	厚焼き卵のお好み焼き風	鶏卵 砂糖 キャベツ あおのり 豚肩挽肉 サラダ油 中濃ソース 塩 ノンエッグマヨネーズ
1	20		胡麻和え	ごま 砂糖 にんじん ほうれん草 もやし しょうゆ
		午後おやつ		調整粉乳 ホットウーキミックス さつま芋 サラダ油
F			ミルク	調整粉乳
				精白米 長ねぎ えのきたけ わかめ しょうゆ 塩 出し汁
1	7			長ねさ えのざたげ わかめ しょうゆ 塩 出し汁 砂糖 キャベツ 玉ねぎ にんじん もやし 鮭 サラダ油 酒 みりん しょうゆ 塩 味噌
金	21		スライス野菜 サ ラダ	ごま油 さと芋 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 しょうゆ 酢
	41		煮りんご ミルク	りんご 調整粉乳
		午後おやつ	ミルク ベーコンチーズパン	調金材孔 食パン ベーコン チーズ 玉ねぎ サラダ油 トマトケチャップ パセリ
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳
			あんかけ丼(硬粥) キャベツと玉ねぎの味噌汁	精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ キャベツ 玉ねぎ 出し汁 味噌
±	8		かぼちゃの含め煮	砂糖 かぼちゃ しょうゆ 塩
1	22		果物	バナナ ヨーグルト
1		午後おやつ	ヨーグルト せんべい	ョークルト よちゃん用せんべい
		丁皮の ピラ		

豊島区保育所標準献立表 中 期 (令和7年11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	10	F.44	白菜と人参のスープ煮	でん粉 にんじん 白菜 スープ
		午後	つくねと野菜の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 鶏ささみ挽肉 出し汁
			ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	11		粥	精白米
火	• 25	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
			魚のくず煮	でん粉 白身魚 出し汁
			ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	12		パン粥	食パン スープ
水	•	午後	かぼちゃと人参のスープ煮	でん粉 かぼちゃ にんじん スープ
	26	干 1友	肉団子と野菜のあんかけ煮	でん粉 キャベツ にんじん 鶏ささみ挽肉 出し汁
			ミルク	調整粉乳
	13	午前	ミルク	調整粉乳
木			ささみ入り煮込みうどん	乾麺 でん粉 にんじん ほうれん草 鶏ささみ挽肉 出し汁
//	•	午後	ブロッコリーの煮物	でん粉 にんじん ブロッコリー 出し汁
	27		ミルク	調整粉乳
	,	午前	ミルク	調整粉乳
	14		粥	精白米
金		午後	煮トマト	トマト
	28	干 1友	魚と野菜の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 白身魚 出し汁
			ミルク	調整粉乳
	1	午前	ミルク	調整粉乳
	٠		粥	精白米
±	15	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
	29	1 12	肉団子の煮物	でん粉 キャベツ 鶏ささみ挽肉 出し汁
	23		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥	精白米
月	17		大根と人参のスープ煮	でん粉 大根 にんじん スープ
			ささみと野菜のくず煮	でん粉 にんじん ほうれん草 鶏ささみ挽肉 出し汁
			ミルク	調整粉乳
	4	午前	ミルク	調整粉乳
	4		粥	精白米
火	•	午後	人参の煮物	でん粉 にんじん 出し汁
	18			でん粉 生揚げ キャベツ 出し汁
		左台	ミルク	調整粉乳
	5	午前	ミルク	調整粉乳 食パン スープ
水			パン粥 野菜の煮物	良ハン スープ じゃが芋 でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁
小	-	午後		しゃか手 でん材 玉ねさ にんしん 田し汗 でん粉 鶏ささみ挽肉 出し汁
	19	午前	肉団子の煮物	でん材 鶏ささみ挽肉 出し汁 調整粉乳
			ミルク	調整粉乳
	6	T BiJ	 粥	調金材料 精白米
木			さつま芋と人参の甘煮	さつま芋 でん粉 にんじん 出し汁
	20		卵とほうれん草の煮浸し	鶏卵 でん粉 ほうれん草 スープ
	20		ミルク	調整粉乳
1	7	午前	ミルク	調整粉乳
,	7		粥	精白米
金	•	午後	さといものスープ煮	さと芋 でん粉 にんじん スープ
	21		煮魚	でん粉 白身魚 出し汁
		午前	ミルク	調整粉乳調整粉乳
	8	T BIJ	ミルク 粥	調金材料 精白米
土			二色浸し	でん粉 キャベツ にんじん 出し汁
_	22	午後	ささみと野菜の煮物	でん粉 にんじん ほうれん草 鶏ささみ挽肉 出し汁
			ミルク	調整粉乳
Lb	_	A II - (I)	1. 供知め国に東学に上日本3	

豊島区保育所標準献立表 初 期 (令和7年11月分)豊島区子ども家庭部保育課

曜日	B	時間帯	献立名	食 品 名
		午前	ミルク	調整粉乳
			粥	精白米
月	10	F 44	白菜と人参のスープ煮	でん粉 にんじん 白菜 スープ
		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
	11		粥	精白米
火		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
	25	午後	魚のくず煮	でん粉 白身魚 出し汁
			ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	12		パン粥	食パン スープ
水		F 34	かぼちゃと人参のスープ煮	でん粉 かぼちゃ にんじん スープ
	26	午後	野菜のあんかけ煮	でん粉 キャベツ にんじん 出し汁
			ミルク	調整粉乳
	13	午前	ミルク	調整粉乳
_			煮込みうどん	乾麺 でん粉 にんじん ほうれん草 出し汁
木	•	午後	ブロッコリーの煮物	でん粉 にんじん ブロッコリー 出し汁
	27		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	14		粥	精白米
金			煮トマト	トマト
_	28	午後	魚と野菜の煮物	でん粉 玉ねぎ にんじん 白身魚 出し汁
	20		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	1		粥	精白米
±	15		じゃが芋と人参のスープ煮	じゃが芋 にんじん スープ
-	•	午後	キャベツの煮浸し	でん粉 キャベツ 出し汁
	29		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
				精白米
B	17	午後	大根と人参のスープ煮	でん粉 大根 にんじん スープ
,,	• •		野菜のくず煮	でん粉 にんじん ほうれん草 出し汁
			ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	4	1 133	粥	精白米
火			人参の煮物	でん粉 にんじん 出し汁
	18	左前		でん粉 生揚げ キャベツ 出し汁
	ΙŎ		三番の(反なし)とキャペラのうま想	調整粉乳
			ミルク	調整粉乳
	5	1 111	リミルツ パン粥	剛定切れ 食パン スープ
水	•	午後	ハンw 野菜の煮物	ほハン ヘーフ じゃが芋 でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁
	19	1100	ヨ 果の 魚 物	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	6	午後	ミルク 粥	精白米
木			™ さつま芋と人参の甘煮	^{相口不} さつま芋 でん粉 にんじん 出し汁
^	•		野黄のくず煮	鶏卵 でん粉 スープ
	20		卵典のく 9 点	調整粉乳
		左 節	ミルク	調整粉乳
	7	午前	ミルク 粥	調金初乳 精白米
金			」™ さといものスープ煮	付ロホート・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	21	午後	煮魚	でん粉 白身魚 出し汁
	۷1		ミルク	調整粉乳
		午前	ミルク	調整粉乳
	8		粥	精白米
土	•	左 纵	二色浸し	でん粉 キャベツ にんじん 出し汁
	22	午後	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

豊島区保育所標準献立表 (令和7年11月分)

補食

豊島区子ども家庭部保育課

曜	日	献立名	食 品 名
月	10	むぎ茶 芋ようかん	麦茶 さつま芋 砂糖 塩
火		むぎ茶 にんじん入り おにぎり	麦茶 精白米 にんじん 酒 塩
水		むぎ茶 米粉のケーキ	麦茶 米粉 砂糖 サラダ油 ベーキングパウダー
木	• 27	むぎ茶 みたらしポテト	麦茶 じゃが芋 でん粉 砂糖 みりん しょうゆ
金		むぎ茶 ゆかりおにぎり	麦茶 精白米 ゆかり
±		むぎ茶 せんべい ビスケット	麦茶 せんべい ビスケット
月	17	むぎ茶 青のりおにぎり	麦茶 精白米 あおのり 塩
火		むぎ茶 焼き芋	麦茶 さつま芋
水	5 • 19	むぎ茶 米粉の黒糖ケーキ	麦茶 米粉 黒砂糖 サラダ油 ベーキングパウダー
木	20	むぎ茶 茶めしおにぎり	麦茶 精白米 酒 しょうゆ 塩
金	7 • 21	むぎ茶 じゃが芋田楽	麦茶 じゃが芋 砂糖 みりん しょうゆ 味噌
±	•	むぎ茶 せんべい ビスケット	麦茶 せんべい 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