

# 豊島区保育所標準献立表

(令和7年12月分) 豊島区子ども家庭部保育課

## 幼 児

栄養量	標 準	エネルギー	535Kcal	たん白質	18.5g	脂質	15.7g	食塩相当量	1.5g
	今 月		554Kcal		21.4g		17.6g		1.8g

曜 日	時 間 帯	献立名	食 品 名
月	1 屋食 ♡	ポークカレー 三色サラダ トマト	カレールウ 精白米 じゃが芋 生姜 玉ねぎ にんじん にんにく りんご 豚肩肉 サラダ油 トマトピューレ 砂糖 キャベツ にんじん ほうれん草 サラダ油 塩 酢 トマト
	15 午後おやつ	牛乳 かぼちゃプリン	牛乳 牛乳 生クリーム 砂糖 グラニュー糖 かぼちゃ 粉寒天
火	2 屋食 ♡	ご飯 玉ねぎと小松菜の味噌汁 かじきのケチャップソース お浸し 粉ふき芋	精白米 小松菜 玉ねぎ かつお節(だし用) 味噌 でん粉 砂糖 玉ねぎ めかじき サラダ油 酒 塩 トマトケチャップ にんじん もやし しょうゆ 出し汁 じゃが芋 塩
	16 午後おやつ	牛乳 チヂミ	牛乳 ごま油 米粉 でん粉 砂糖 玉ねぎ にら にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩 酢
水	3 屋食	食パン バター・ジャム 玉ねぎと人参のスープ ほうれん草とベーコンのキッシュ かぶのサラダ トマト	食パン ジャム 豆乳バター 玉ねぎ にんじん かつお節(だし用) しょうゆ 塩 パセリ 脱脂粉乳 ベーコン 鶏卵 牛乳 生クリーム 玉ねぎ ほうれん草 サラダ油 塩 砂糖 かぶ きゅうり にんじん サラダ油 塩 酢 トマト
	午後おやつ	牛乳 菜めしおにぎり	牛乳 ごま油 精白米 かぶ(葉) 塩
木	4 屋食 ♡	ご飯 のつぺい汁 さばのごまマヨ焼き キャベツとしらすのレモン醬油和え 果物 牛乳	精白米 ごま油 さと芋 豆腐 ごぼう にんじん かつお節(だし用) 鶏もも皮なし肉 しょうゆ 塩 ごま 長ねぎ 鯖 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 ノンエッグマヨネーズ ごま油 キャベツ にんじん レモン しらす干し しょうゆ りんご 牛乳
	18 午後おやつ	洋風うどん	乾麺 ベーコン でん粉 玉ねぎ にんじん かつお節(だし用) サラダ油 しょうゆ 塩
金	5 屋食	ツナトマトライス キャベツとえのきのスープ フライドチキン 野菜の盛り合わせ 果物(19日)	精白米 玉ねぎ ホールコーン缶 にんじん ツナ缶 サラダ油 塩 トマトケチャップ キャベツ えのきたけ かつお節(だし用) しょうゆ 塩 でん粉 鶏もも皮なし肉 サラダ油 酒 しょうゆ 砂糖 にんじん ブロッコリー サラダ油 塩 酢 みかん
	19 午後おやつ	牛乳 スイートパン	牛乳 食パン グラニュー糖 豆乳バター
土	6 屋食 ♡	うまに丼 玉ねぎとわかめのスープ さつま芋の甘煮 果物 ヨーグルト	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 かつお節 しょうゆ 塩 さつま芋 砂糖 サラダ油 しょうゆ 塩 バナナ ヨーグルト
	20 午後おやつ	せんべい ビスケット	せんべい ビスケット
月	8 屋食 ♡	スタミナ丼 長ねぎとえのきの清汁 キャベツの即席漬け 果物 牛乳	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 長ねぎ えのきたけ わかめ かつお節(だし用) しょうゆ 塩 ごま油 キャベツ にんじん 塩昆布 りんご 牛乳
	22 午後おやつ	にんじん蒸しパン	ホットケーキミックス 脱脂粉乳 牛乳 砂糖 にんじん サラダ油
火	9 屋食 ♡	ご飯 切干大根と小松菜の味噌汁 鮭の塩焼き スティック野菜の和風ドレッシング和え 牛乳	精白米 小松菜 切り干し大根 かつお節(だし用) 味噌 鮭 サラダ油 酒 塩 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 酢 牛乳
	23 午後おやつ	二色クッキー(9日) 米粉と豆腐のブラウニー(23日) 果物(23日)	小麦粉 牛乳 砂糖 豆乳バター ココア ベーキングパウダー 生クリーム 米粉 でん粉 砂糖 豆腐 サラダ油 ココア ベーキングパウダー いちご
水	10 屋食	食パン バター・ジャム かぶとベーコンの豆乳スープ ポテトコロッケ トマトサラダ	食パン ジャム 豆乳バター ベーコン 豆乳 かぶ(葉) かぶ かつお節(だし用) しょうゆ 塩 小麦粉 バン粉 鶏卵 じゃが芋 砂糖 玉ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 中濃ソース 塩 砂糖 きゅうり トマト サラダ油 塩 酢
	24 午後おやつ	牛乳 そぼろおにぎり	牛乳 精白米 砂糖 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ
木	11 屋食	しょうゆラーメン かぼちゃの炒め煮 たたききゅうり 果物 牛乳	生中華めん キャベツ にら にんじん にんにく 長ねぎ もやし 豚肩肉 サラダ油 酒 みりん しょうゆ 塩 鶏ガラスープ 砂糖 かぼちゃ サラダ油 塩 ごま油 砂糖 きゅうり しょうゆ 酢 みかん 牛乳
	25 午後おやつ	ひじきチャーハン	ハオ油 精白米 にんじん 長ねぎ ほしひじき 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩
金	12 屋食 ♡	ご飯 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 豚肉のすき焼き煮 ブロッコリーの中華和え トマト	精白米 じゃが芋 玉ねぎ かつお節(だし用) 味噌 砂糖 焼き豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜 豚肩肉 サラダ油 酒 みりん しょうゆ ごま油 砂糖 にんじん ブロッコリー サラダ油 しょうゆ 酢 トマト
	26 午後おやつ	牛乳 カレーパン	牛乳 カレールウ 食パン でん粉 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油
土	13 屋食 ♡	豚そぼろ丼 キャベツと玉ねぎの味噌汁 高野豆腐の含め煮 ヨーグルト	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 キャベツ 玉ねぎ かつお節 味噌 でん粉 砂糖 凍り豆腐 にんじん しょうゆ 塩 出し汁 ヨーグルト
	27 午後おやつ	せんべい ビスケット	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。♡の日はアレルギーに配慮した献立です。

# 豊島区保育所標準献立表

(令和7年12月分) 豊島区子ども家庭部保育課

## 乳 児

栄養量	標 準	エネルギー	たん白質	脂質	食塩相当量
	今 月	490Kcal 496Kcal	16.5g 20.3g	14.7g 16.8g	1.2g 1.6g

曜日	日	時間帯	献立名	食 品 名
月	1・15	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	ボークカレー 三色サラダ トマト	カレールウ 精白米 じゃが芋 生姜 玉ねぎ にんじん にんにく りんご 豚肩肉 サラダ油 トマトビュレ 砂糖 キャベツ にんじん ほうれん草 サラダ油 塩 酢 トマト
火	2・16	午後おやつ	牛乳 かぼちゃプリン	牛乳 牛乳 生クリーム 砂糖 グラニュー糖 かぼちゃ 粉寒天
		午前おやつ	牛乳 ご飯 玉ねぎと小松菜の味噌汁 かじきのケチャップソース お浸し 粉ふき芋	牛乳 精白米 小松菜 玉ねぎ かつお節（だし用） 味噌 でん粉 砂糖 玉ねぎ めかじき サラダ油 酒 塩 トマトケチャップ にんじん もやし しょうゆ 出し汁 じゃが芋 塩
水	3・17	午後おやつ	牛乳 チヂミ	牛乳 ごま油 米粉 でん粉 砂糖 玉ねぎ にら にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩 酢
		午前おやつ	ヨーグルト 食パン バター・ジャム 玉ねぎと人参のスープ ほうれん草とベーコンのキッシュ かぶのサラダ トマト	ヨーグルト 食パン ジャム 豆乳バター 玉ねぎ にんじん かつお節（だし用） しょうゆ 塩 パセリ 脱脂粉乳 ベーコン 鶏卵 牛乳 生クリーム 玉ねぎ ほうれん草 サラダ油 塩 砂糖 かぶ きゅうり にんじん サラダ油 塩 酢 トマト
木	4・18	午後おやつ	牛乳 菜めしおにぎり	牛乳 ごま油 精白米 かぶ（葉） 塩
		午前おやつ	牛乳 ご飯 のっぺい汁 白身魚のごまヨ焼き キャベツとしらすのレモン醬油汁 果物	牛乳 精白米 ごま油 さと芋 豆腐 ごぼう にんじん かつお節（だし用） 鶏もも皮なし肉 しょうゆ 塩 ごま 長ねぎ 白身魚 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 ノンエッグマヨネーズ ごま油 キャベツ にんじん レモン しらす干し しょうゆ りんご
金	5・19	午後おやつ	牛乳 洋風うどん	牛乳 乾麺 ベーコン でん粉 玉ねぎ にんじん かつお節（だし用） サラダ油 しょうゆ 塩
		午前おやつ	牛乳 ツナトマトライス キャベツとえのきのスープ フライドチキン 野菜の盛り合わせ 果物（19日）	牛乳 精白米 玉ねぎ ホールコーン缶 にんじん ツナ缶 サラダ油 塩 トマトケチャップ キャベツ えのきたけ かつお節（だし用） しょうゆ 塩 でん粉 鶏もも皮なし肉 サラダ油 酒 しょうゆ 砂糖 にんじん ブロッコリー サラダ油 塩 酢 みかん
土	6・20	午後おやつ	牛乳 スイートパン	牛乳 食パン グラニュー糖 豆乳バター
		午前おやつ	牛乳 うまに丼 玉ねぎとわかめのスープ さつま芋の甘煮 果物	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 玉ねぎ わかめ かつお節 しょうゆ 塩 さつま芋 砂糖 サラダ油 しょうゆ 塩 バナナ
月	8・22	午後おやつ	ヨーグルト せんべい ビスケット	ヨーグルト せんべい ビスケット
		午前おやつ	牛乳 スタミナ丼 長ねぎとえのきの清汁 キャベツの即席漬け 果物	牛乳 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 長ねぎ えのきたけ わかめ かつお節（だし用） しょうゆ 塩 ごま油 キャベツ にんじん 塩昆布 りんご
火	9・23	午後おやつ	牛乳 にんじん蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 牛乳 砂糖 にんじん サラダ油
		午前おやつ	牛乳 ご飯 切干大根と小松菜の味噌汁 鮭の塩焼き スティック野菜の和風ドレッシング和え	牛乳 精白米 小松菜 切り干し大根 かつお節（だし用） 味噌 鮭 サラダ油 酒 塩 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 酢
水	10・24	午後おやつ	牛乳 二色クッキー（9日） 米粉と豆腐のブラウニー（23日） 果物（23日）	牛乳 小麦粉 牛乳 砂糖 豆乳バター ココア ベーキングパウダー 生クリーム 米粉 でん粉 砂糖 豆腐 サラダ油 ココア ベーキングパウダー いちご
		午前おやつ	ヨーグルト 食パン バター・ジャム かぶとベーコンの豆乳スープ ポテトコロッケ トマトサラダ	ヨーグルト 食パン ジャム 豆乳バター ベーコン 豆乳 かぶ（葉） かぶ かつお節（だし用） しょうゆ 塩 小麦粉 パン粉 鶏卵 じゃが芋 砂糖 玉ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 中濃ソース 塩 砂糖 きゅうり トマト サラダ油 塩 酢
木	11・25	午後おやつ	牛乳 そばろおにぎり	牛乳 精白米 砂糖 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ
		午前おやつ	牛乳 しょうゆラーメン かぼちゃの炒め煮 たたききゅうり 果物	牛乳 生中華めん キャベツ にら にんじん にんにく 長ねぎ もやし 豚肩肉 サラダ油 酒 みりん しょうゆ 塩 鶏ガラスープ 砂糖 かぼちゃ サラダ油 塩 ごま油 砂糖 きゅうり しょうゆ 酢 みかん
金	12・26	午後おやつ	牛乳 ひじきチャーハン	牛乳 ハオ油 精白米 にんじん 長ねぎ ほしひじき 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩
		午前おやつ	牛乳 ご飯 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 豚肉のすき焼き煮 ブロッコリーの中華和え トマト	牛乳 精白米 じゃが芋 玉ねぎ かつお節（だし用） 味噌 砂糖 焼き豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜 豚肩肉 サラダ油 酒 みりん しょうゆ ごま油 砂糖 にんじん ブロッコリー サラダ油 しょうゆ 酢 トマト
土	13・27	午後おやつ	牛乳 カレーパン	牛乳 カレールウ 食パン でん粉 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油
		午前おやつ	牛乳 豚そぼろ丼 キャベツと玉ねぎの味噌汁 高野豆腐の含め煮	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 キャベツ 玉ねぎ かつお節 味噌 でん粉 砂糖 凍り豆腐 にんじん しょうゆ 塩 出し汁
土	27	午後おやつ	ヨーグルト せんべい ビスケット	ヨーグルト 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。♡の日はアレルギーに配慮した献立です。

## 豊島区保育所標準献立表

完 了 期

(令和7年12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
月	1・15	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 豚肉と野菜の煮物 三色サラダ トマト	精白米 じゃが芋 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩肉 サラダ油 しょうゆ 砂糖 キャベツ にんじん ほうれん草 サラダ油 塩 酢 トマト
火	2・16	午後おやつ	牛乳 かぼちゃプリン	牛乳 牛乳 生クリーム 砂糖 かぼちゃ 粉寒天
		午前おやつ	牛乳	牛乳
水	3・17	昼食 ♡	軟飯 玉ねぎと小松菜の味噌汁 かじきのケチャップソース お浸し 粉ふき芋	精白米 小松菜 玉ねぎ 出し汁 味噌 でん粉 砂糖 玉ねぎ めかじき サラダ油 酒 塩 トマトケチャップ にんじん もやし しょうゆ 出し汁 じゃが芋 塩
		午後おやつ	牛乳 チヂミ	牛乳 ごま油 米粉 でん粉 砂糖 玉ねぎ なら にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩 酢
木	4・18	午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト
		昼食 ♡	食パン バター・ジャム 玉ねぎと人参のスープ ほうれん草とベーコンのキッシュ かぶのサラダ トマト	食パン ジャム 豆乳バター 玉ねぎ にんじん しょうゆ 塩 出し汁 パセリ ベーコン 鶏卵 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム 玉ねぎ ほうれん草 サラダ油 塩 砂糖 かぶ きゅうり にんじん サラダ油 塩 酢 トマト
金	5・19	午後おやつ	牛乳 菜めし (軟飯)	牛乳 ごま油 精白米 かぶ (菜) 塩
		午前おやつ	牛乳	牛乳
土	6・20	昼食 ♡	軟飯 のっぺい汁 白身魚のごまマヨ焼き キャベツとしらすのレモン醤油和え 煮りんご	精白米 ごま油 さと芋 豆腐 ごぼう にんじん 鶏もも皮なし肉 しょうゆ 塩 出し汁 ごま 長ねぎ 白身魚 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 ノンエッグマヨネーズ ごま油 キャベツ にんじん レモン しらす干し しょうゆ りんご
		午後おやつ	牛乳 洋風うどん	牛乳 乾麺 ベーコン でん粉 玉ねぎ にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 出し汁
月	8・22	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	ツナ入りトマト軟飯 キャベツとえのきのスープ チキンソテー 野菜の盛り合わせ 果物 (19日)	精白米 玉ねぎ にんじん ツナ缶 サラダ油 塩 トマトケチャップ キャベツ えのきたけ しょうゆ 塩 出し汁 でん粉 鶏もも皮なし肉 サラダ油 酒 しょうゆ 砂糖 にんじん ブロッコリー サラダ油 塩 酢 みかん
火	9・23	午後おやつ	牛乳 スイーツパン	牛乳 食パン グラニュー糖 豆乳バター
		午前おやつ	牛乳	牛乳
水	10・24	昼食 ♡	うまに丼 (軟飯) 玉ねぎとわかめのスープ さつま芋の甘煮 果物	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 さつま芋 砂糖 サラダ油 しょうゆ 塩 バナナ
		午後おやつ	ヨーグルト せんべい ビスケット	ヨーグルト 赤ちゃん用せんべい 赤ちゃん用ビスケット
木	11・25	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	スタミナ丼 (軟飯) 長ねぎとえのきの清汁 キャベツの塩昆布煮 煮りんご	精白米 でん粉 砂糖 玉ねぎ なら にんじん 豚肩肉 サラダ油 酒 しょうゆ 長ねぎ えのきたけ わかめ しょうゆ 塩 出し汁 ごま油 キャベツ にんじん 塩昆布 りんご
金	12・26	午後おやつ	牛乳 にんじん蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 脱脂粉乳 砂糖 にんじん サラダ油
		午前おやつ	牛乳	牛乳
土	13・27	昼食 ♡	軟飯 切干大根と小松菜の味噌汁 鮭の塩焼き スライス野菜の和風ドレッシング和え	精白米 小松菜 切り干し大根 出し汁 味噌 鮭 サラダ油 酒 塩 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 酢
		午後おやつ	牛乳 ミルククッキー (9日) 米粉と豆腐のケーキ (23日) 果物 (23日)	牛乳 小麦粉 牛乳 砂糖 豆乳バター ベーキングパウダー 米粉 でん粉 砂糖 豆腐 サラダ油 ベーキングパウダー いちご
日	14・28	午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト
		昼食 ♡	食パン バター・ジャム かぶとベーコンの豆乳スープ 挽肉とじゃが芋のお焼き トマトサラダ	食パン ジャム 豆乳バター ベーコン 豆乳 かぶ (菜) かぶ しょうゆ 塩 出し汁 じゃが芋 玉ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 塩 砂糖 きゅうり トマト サラダ油 塩 酢
月	15・29	午後おやつ	牛乳 そばろ軟飯	牛乳 精白米 砂糖 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ
		午前おやつ	牛乳	牛乳
火	16・30	昼食 ♡	しょうゆうどん かぼちゃの炒め煮 スライスきゅうり 果物	乾麺 キャベツ なら にんじん 長ねぎ もやし 豚肩肉 サラダ油 酒 みりん しょうゆ 塩 鶏ガラスープ 砂糖 かぼちゃ サラダ油 塩 ごま油 砂糖 きゅうり しょうゆ 酢 みかん
		午後おやつ	牛乳 ひじきチャーハン (軟飯)	牛乳 ハオ油 精白米 にんじん 長ねぎ ほしひじき 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩
水	17・31	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 豚肉のすき焼き煮 ブロッコリーの中華和え トマト	精白米 じゃが芋 玉ねぎ 出し汁 味噌 でん粉 砂糖 焼き豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜 豚肩肉 サラダ油 酒 みりん しょうゆ ごま油 砂糖 にんじん ブロッコリー サラダ油 しょうゆ 酢 トマト
木	18・1	午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン ジャム
		午前おやつ	牛乳	牛乳
金	19・2	昼食 ♡	豚そばろ丼 (軟飯) キャベツと玉ねぎの味噌汁 高野豆腐の含め煮	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 キャベツ 玉ねぎ 出し汁 味噌 でん粉 砂糖 凍り豆腐 にんじん しょうゆ 塩 出し汁
		午後おやつ	ヨーグルト せんべい ビスケット	ヨーグルト 赤ちゃん用せんべい 赤ちゃん用ビスケット

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。♡の日はアレルギーに配慮した献立です。

# 豊島区保育所標準献立表

後

期

(令和7年12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
月	1・15	午前おやつ	ミルク	調整粉乳
		昼食 ♡	硬粥 豚肉と野菜の煮物 三色サラダ トマト	精白米 じゃが芋 でん粉 砂糖 玉ねぎ にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 砂糖 キャベツ にんじん ほうれん草 サラダ油 塩 酢 トマト
火	2・16	午後おやつ	ミルク かぼちゃプリン	調整粉乳 牛乳 生クリーム 砂糖 かぼちゃ 粉寒天
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳
水	3・17	昼食 ♡	硬粥 玉ねぎと小松菜の味噌汁 かじきのケチャップソース お浸し 粉ふき芋	精白米 小松菜 玉ねぎ 出し汁 味噌 でん粉 砂糖 玉ねぎ めかじき サラダ油 酒 塩 トマトケチャップ にんじん もやし しょうゆ 出し汁 じゃが芋 塩
		午後おやつ	ミルク チヂミ	調整粉乳 ごま油 米粉 でん粉 砂糖 玉ねぎ にら にんじん 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩 酢
木	4・18	午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト
		昼食	食パン バター・ジャム 玉ねぎと人参のスープ ほうれん草とベーコンのキッシュ かぶのサラダ トマト	食パン ジャム 豆乳バター 玉ねぎ にんじん しょうゆ 塩 出し汁 パセリ ベーコン 鶏卵 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム 玉ねぎ ほうれん草 サラダ油 塩 砂糖 かぶ きゅうり にんじん サラダ油 塩 酢 トマト
金	5・19	午後おやつ	ミルク 菜めし (硬粥)	調整粉乳 ごま油 精白米 かぶ (葉) 塩
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳
土	6・20	昼食 ♡	硬粥 のっぺい汁 白身魚のごまマヨ焼き キャベツとしらすのレモン醤油和え 煮りんご	精白米 ごま油 さと芋 豆腐 ごぼう にんじん 鶏もも皮なし挽肉 しょうゆ 塩 出し汁 ごま 長ねぎ 白身魚 サラダ油 酒 しょうゆ 塩 ノンエッグマヨネーズ ごま油 キャベツ にんじん レモン しらす干し しょうゆ りんご
		午後おやつ	ミルク 洋風うどん	調整粉乳 乾麺 ベーコン でん粉 玉ねぎ にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 出し汁
日	7・21	午前おやつ	ミルク	調整粉乳
		昼食	ツナ入りトマト硬粥 キャベツとえのきのスープ 鶏肉団子(牡丹/玉祥) 野菜の盛り合わせ 果物(19日)	精白米 玉ねぎ にんじん ツナ缶 サラダ油 塩 トマトケチャップ キャベツ えのきたけ しょうゆ 塩 出し汁 でん粉 鶏肉団子(牡丹/玉祥) しょうゆ 出し汁 砂糖 にんじん ブロッコリー サラダ油 塩 酢 みかん
月	8・22	午後おやつ	ミルク スイートパン	調整粉乳 食パン グラニュー糖 豆乳バター
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳
火	9・23	昼食 ♡	うまに丼(硬粥) 玉ねぎとわかめのスープ さつま芋の甘煮 果物	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 さつま芋 砂糖 サラダ油 しょうゆ 塩 バナナ
		午後おやつ	ヨーグルト せんべい ビスケット	ヨーグルト 赤ちゃん用せんべい 赤ちゃん用ビスケット
水	10・24	午前おやつ	ミルク	調整粉乳
		昼食	スタミナ丼(硬粥) 長ねぎとえのきの清汁 キャベツの塩昆布煮 煮りんご	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 長ねぎ えのきたけ わかめ しょうゆ 塩 出し汁 ごま油 キャベツ にんじん 塩昆布 りんご
木	11・25	午後おやつ	ミルク にんじん蒸しパン	調整粉乳 ホットケーキミックス 牛乳 脱脂粉乳 砂糖 にんじん サラダ油
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳
金	12・26	昼食 ♡	硬粥 切干大根と小松菜の味噌汁 鮭の塩焼き スライス野菜の和風ドレッシング和え	精白米 小松菜 切り干し大根 出し汁 味噌 鮭 サラダ油 酒 塩 砂糖 きゅうり にんじん サラダ油 しょうゆ 塩 酢
		午後おやつ	ミルク ミルククッキー(9日) 米粉と豆腐のケーキ(23日) 果物(23日)	調整粉乳 小麦粉 牛乳 砂糖 豆乳バター ベーキングパウダー 米粉 でん粉 砂糖 豆腐 サラダ油 ベーキングパウダー いちご
土	13・27	午前おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト
		昼食	食パン バター・ジャム かぶとベーコンの豆乳スープ 挽肉とじゃが芋のお焼き トマトサラダ	食パン ジャム 豆乳バター ベーコン 豆乳 かぶ (葉) かぶ しょうゆ 塩 出し汁 じゃが芋 玉ねぎ 豚肩挽肉 サラダ油 塩 砂糖 きゅうり トマト サラダ油 塩 酢
日	14・28	午後おやつ	ミルク そばろ硬粥	調整粉乳 精白米 砂糖 鶏肉胸皮なし挽肉 サラダ油 みりん しょうゆ
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳
月	15・29	昼食 ♡	しょうゆうどん かぼちゃの炒め煮 スライスきゅうり 果物	乾麺 キャベツ にら にんじん 長ねぎ もやし 豚肩挽肉 サラダ油 酒 みりん しょうゆ 塩 鶏ガラスープ 砂糖 かぼちゃ サラダ油 塩 ごま油 砂糖 きゅうり しょうゆ 酢 みかん
		午後おやつ	ミルク ひじきチャーハン(硬粥)	調整粉乳 ハオ油 精白米 にんじん 長ねぎ ほしひじき 豚肩挽肉 サラダ油 しょうゆ 塩
火	16・30	午前おやつ	ミルク	調整粉乳
		昼食	硬粥 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 豚肉団子のすき焼き煮 ブロッコリーの中巻和え トマト	精白米 じゃが芋 玉ねぎ 出し汁 味噌 でん粉 砂糖 焼き豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜 豚肉団子(肩・玉ねぎ) サラダ油 酒 みりん しょうゆ ごま油 砂糖 にんじん ブロッコリー サラダ油 しょうゆ 酢 トマト
水	17・31	午後おやつ	ミルク ジャムサンド	調整粉乳 食パン ジャム
		午前おやつ	ミルク	調整粉乳
木	18・1	昼食 ♡	豚そばろ丼(硬粥) キャベツと玉ねぎの味噌汁 高野豆腐の含め煮	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 キャベツ 玉ねぎ 出し汁 味噌 でん粉 砂糖 凍り豆腐 にんじん しょうゆ 塩 出し汁
		午後おやつ	ヨーグルト せんべい ビスケット	ヨーグルト 赤ちゃん用せんべい 赤ちゃん用ビスケット

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。♡の日はアレルギーに配慮した献立です。

# 豊島区保育所標準献立表 中 期 (令和7年12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
月	1 ・ 15	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 二色浸し ささみと野菜の煮物 ミルク	精白米 でん粉 キャベツ にんじん 出し汁 でん粉 にんじん ほうれん草 鶏肉団子(サミ/玉ねぎ) 出し汁 調整粉乳
火	2 ・ 16	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 玉ねぎと人参のスープ煮 煮魚 ミルク	精白米 でん粉 玉ねぎ にんじん スープ でん粉 白身魚 出し汁 調整粉乳
水	3 ・ 17	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	パン粥 煮トマト 肉団子と野菜のあんかけ煮 ミルク	食パン スープ トマト でん粉 キャベツ にんじん 鶏肉団子(サミ/玉ねぎ) 出し汁 調整粉乳
木	4 ・ 18	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 人参の煮物 豆腐とキャベツの旨煮 ミルク	精白米 でん粉 にんじん 出し汁 でん粉 豆腐 キャベツ 出し汁 調整粉乳
金	5 ・ 19	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 ブロッコリーのスープ煮 つくねと野菜の煮物 ミルク	精白米 でん粉 にんじん ブロッコリー スープ でん粉 玉ねぎ にんじん 鶏肉団子(サミ/玉ねぎ) 出し汁 調整粉乳
土	6 ・ 20	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 野菜の煮物 ささみの煮物 ミルク	精白米 じゃが芋 でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁 でん粉 鶏肉団子(サミ/玉ねぎ) 出し汁 調整粉乳
月	8 ・ 22	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 じゃが芋と人参のスープ煮 肉団子の煮物 ミルク	精白米 じゃが芋 にんじん スープ でん粉 キャベツ 鶏肉団子(サミ/玉ねぎ) 出し汁 調整粉乳
火	9 ・ 23	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 キャベツと人参のスープ煮 魚と野菜の煮物 ミルク	精白米 でん粉 キャベツ にんじん スープ でん粉 玉ねぎ にんじん 白身魚 出し汁 調整粉乳
水	10 ・ 24	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	パン粥 かぶの煮物 卵とほうれん草の煮浸し ミルク	食パン スープ でん粉 かぶ にんじん 出し汁 鶏卵 でん粉 ほうれん草 スープ 調整粉乳
木	11 ・ 25	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	煮込みうどん かぼちゃと人参のスープ煮 ミルク	乾麺 でん粉 玉ねぎ にんじん 鶏肉団子(サミ/玉ねぎ) 出し汁 でん粉 かぼちゃ にんじん スープ 調整粉乳
金	12 ・ 26	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 白菜の煮浸し ささみと野菜のくず煮 ミルク	精白米 でん粉 にんじん 白菜 出し汁 でん粉 にんじん ほうれん草 鶏肉団子(サミ/玉ねぎ) 出し汁 調整粉乳
土	13 ・ 27	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 キャベツと人参の煮物 ほうれんそうと肉団子の煮物 ミルク	精白米 でん粉 キャベツ にんじん 出し汁 でん粉 ほうれん草 鶏肉団子(サミ/玉ねぎ) 出し汁 調整粉乳

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。

# 豊島区保育所標準献立表 初 期 （令和7年12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
月	1 ・ 15	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 二色浸し 野菜の煮物 ミルク	精白米 でん粉 キャベツ にんじん 出し汁 でん粉 にんじん ほうれん草 出し汁 調整粉乳
火	2 ・ 16	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 玉ねぎと人参のスープ煮 煮魚 ミルク	精白米 でん粉 玉ねぎ にんじん スープ でん粉 白身魚 出し汁 調整粉乳
水	3 ・ 17	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	パン粥 煮トマト 野菜のあんかけ煮 ミルク	食パン スープ トマト でん粉 キャベツ にんじん 出し汁 調整粉乳
木	4 ・ 18	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 人参の煮物 豆腐とキャベツの旨煮 ミルク	精白米 でん粉 にんじん 出し汁 でん粉 豆腐 キャベツ 出し汁 調整粉乳
金	5 ・ 19	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 ブロッコリーのスープ煮 野菜の煮物 ミルク	精白米 でん粉 にんじん ブロッコリー スープ でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁 調整粉乳
土	6 ・ 20	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 野菜の煮物 ミルク	精白米 じゃが芋 でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁 調整粉乳
月	8 ・ 22	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 じゃが芋と人参のスープ煮 キャベツの煮浸し ミルク	精白米 じゃが芋 にんじん スープ でん粉 キャベツ 出し汁 調整粉乳
火	9 ・ 23	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 キャベツと人参のスープ煮 魚と野菜の煮物 ミルク	精白米 でん粉 キャベツ にんじん スープ でん粉 玉ねぎ にんじん 白身魚 出し汁 調整粉乳
水	10 ・ 24	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	パン粥 かぶの煮物 卵黄のくず煮 ミルク	食パン スープ でん粉 かぶ にんじん 出し汁 鶏卵 でん粉 スープ 調整粉乳
木	11 ・ 25	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	煮込みうどん かぼちゃと人参のスープ煮 ミルク	乾麺 でん粉 玉ねぎ にんじん 出し汁 でん粉 かぼちゃ にんじん スープ 調整粉乳
金	12 ・ 26	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 白菜の煮浸し 野菜のくず煮 ミルク	精白米 でん粉 にんじん 白菜 出し汁 でん粉 にんじん ほうれん草 出し汁 調整粉乳
土	13 ・ 27	午前	ミルク	調整粉乳
		午後	粥 キャベツと人参の煮物 ほうれん草の煮浸し ミルク	精白米 でん粉 キャベツ にんじん 出し汁 でん粉 ほうれん草 出し汁 調整粉乳

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。

# 豊島区保育所標準献立表 (令和7年12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	1 ・ 15 むぎ茶 ・ ジャム入り 米粉ケーキ	麦茶 米粉 砂糖 ジャム サラダ油 ベーキングパウダー
火	2 ・ 16 むぎ茶 ・ わかめおにぎり	麦茶 精白米 わかめ
水	3 ・ 17 むぎ茶 ・ さつま芋の茶巾絞り	麦茶 さつま芋 砂糖
木	4 ・ 18 むぎ茶 ・ ケンサ焼き	麦茶 精白米 砂糖 味噌
金	5 ・ 19 むぎ茶 ・ 芋もち(砂糖正油)	麦茶 じゃが芋 でん粉 砂糖 サラダ油 しょうゆ
土	6 ・ 20 むぎ茶 ・ せんべい ビスケット	麦茶 せんべい ビスケット
月	8 ・ 22 むぎ茶 ・ おかかおにぎり	麦茶 精白米 かつお節 しょうゆ 塩
火	9 ・ 23 むぎ茶 ・ ふかし芋	麦茶 さつま芋
水	10 ・ 24 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	11 ・ 25 むぎ茶 ・ 味噌ポテト	麦茶 じゃが芋 砂糖 サラダ油 酒 味噌
金	12 ・ 26 むぎ茶 ・ ケチャップライス	麦茶 精白米 砂糖 玉ねぎ 塩 トマトケチャップ
土	13 ・ 27 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