

豊島区保育所標準献立表

(2026年9月分) 豊島区子ども家庭部保育課

3歳以上児				栄養量	標準 今月	エネルギー	535kcal 506kcal	たん白質	18.5g 20.3g	脂質	15.7g 14.4g	食塩相当量	1.5g 1.7g
曜日	日	時間帯	献立名	食 品 名									
月	14・28	昼食 ♡	チキンカレー 春雨サラダ トマト	精白米 サラダ油 生姜 にんにく 玉ねぎ 鶏肉胸皮なし にんじん じゃが芋 カレールウ トマトピューレ りんご はるさめ にんじん きゅうり サラダ油 酢 砂糖 塩 しょうゆ トマト									
		午後おやつ	牛乳 グレープゼリー せんべい	牛乳 粉寒天 砂糖 ぶどうジュース せんべい									
火	1・15・29	昼食 ♡	ご飯 キャベツとえのきの清汁 鶏肉の味噌マヨ焼き ひじきの煮物	精白米 かつお節（だし用） キャベツ えのきたけ 塩 しょうゆ 鶏もも皮なし肉 塩 酒 ノンエッグマヨネーズ 味噌 みりん 砂糖 サラダ油 にんじん ほしひじき 大豆 砂糖 しょうゆ 酒 ごま油 さやいんげん									
		午後おやつ	牛乳 ツナのサモサ	牛乳 サラダ油 ぎょうざの皮 じゃが芋 玉ねぎ ツナ缶 塩 カレー粉									
水	2・16・30	昼食	食パン バター・ジャム 冬瓜とベーコンのスープ 白身魚のさわやかソース フレンチサラダ	食パン 豆乳バター ジャム かつお節（だし用） ベーコン 冬瓜 塩 しょうゆ サラダ油 白身魚 塩 酒 片栗粉 パプリカ（赤） しょうゆ レモン みりん 砂糖 パセリ（乾） キャベツ にんじん きゅうり サラダ油 酢 砂糖 塩									
		午後おやつ	牛乳 小松菜としらすのおにぎり	牛乳 精白米 小松菜 ごま油 塩 しらす干し									
木	3・17	昼食	焼きそば 青梗菜の中華スープ かぼちゃのサラダ トマト	サラダ油 中華めん 豚肩肉 にんじん キャベツ もやし 塩 中濃ソース ウスターソース しょうゆ 鶏ガラスープ 玉ねぎ 塩 しょうゆ ごま油 青梗菜 かぼちゃ きゅうり にんじん サラダ油 酢 砂糖 塩 トマト									
		午後おやつ	牛乳 きのこの炊き込みご飯	牛乳 精白米 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん しめじ みりん しょうゆ 塩									
金	4・18	昼食 ♡	ご飯 キャベツと油揚げの味噌汁 肉豆腐 ほうれん草ともやしの磯香和え 梨	精白米 かつお節（だし用） キャベツ 油揚げ 味噌 豆腐 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ にんじん しめじ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 ほうれん草 もやし にんじん しょうゆ みりん 刻みのり 梨									
		午後おやつ	牛乳 スイートパン	牛乳 食パン 豆乳バター グラニュー糖									
土	5・19	昼食 ♡	中華丼 チキンスープ きゅうりの塩昆布和え バナナ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ にんじん キャベツ 酒 砂糖 オイスターソース しょうゆ 片栗粉 ごま油 かつお節 サラダ油 鶏もも皮なし肉 にんじん じゃが芋 塩 しょうゆ きゅうり 塩昆布 ごま油 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 せんべい ビスケット									
月	7	昼食 ♡	ビビンバ丼 長ねぎとわかめのスープ たたききゅうり オレンジ	精白米 サラダ油 生姜 にんにく 豚肩挽肉 切り干し大根 玉ねぎ しょうゆ 味噌 砂糖 酒 塩 片栗粉 にんじん ほうれん草 ごま油 かつお節（だし用） 長ねぎ わかめ 塩 しょうゆ きゅうり 砂糖 塩 酢 ごま油 オレンジ									
		午後おやつ	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス 砂糖 ココア 脱脂粉乳 牛乳 サラダ油									
火	8	昼食 ♡	ご飯 さつまい かじきのくわ焼き もやしと小松菜のおかか和え 梨	精白米 かつお節（だし用） サラダ油 鶏もも皮なし肉 だいこん にんじん 玉ねぎ さつま芋 味噌 サラダ油 めかじき 生姜 砂糖 酒 しょうゆ もやし 小松菜 かつお節 しょうゆ だし汁 梨									
		午後おやつ	牛乳 ミルククッキー	牛乳 豆乳バター 砂糖 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー									
水	9	昼食	食パン バター・ジャム ホワイトスープ ポークチャップ スティック野菜のマリネ	食パン 豆乳バター ジャム かつお節（だし用） サラダ油 玉ねぎ キャベツ ベーコン 牛乳 脱脂粉乳 塩 しょうゆ サラダ油 にんにく 豚肩肉 玉ねぎ トマトケチャップ ウスターソース 酒 塩 片栗粉 きゅうり にんじん サラダ油 酢 砂糖 塩									
		午後おやつ	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 精白米 わかめ									
木	10	昼食	ご飯 ふりかけ 高野豆腐と玉ねぎの味噌汁 挽肉と野菜の厚焼卵 キャベツと人参の胡麻和え	精白米 おかかふりかけ かつお節（だし用） 玉ねぎ 凍り豆腐 味噌 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん ほうれん草 鶏卵 だし汁 砂糖 塩 しょうゆ キャベツ にんじん ごま 砂糖 しょうゆ									
		午後おやつ	牛乳 スイートポテトフライ	牛乳 サラダ油 さつま芋 塩									
木	24	昼食 ♡	和風ツナピラフ 高野豆腐と玉ねぎの味噌汁 キャベツと人参の胡麻和え	精白米 サラダ油 玉ねぎ にんじん ツナ缶 塩 しょうゆ かつお節（だし用） 玉ねぎ 凍り豆腐 味噌 キャベツ にんじん ごま 砂糖 しょうゆ									
		午後おやつ	牛乳 おはぎ	牛乳 もち米 精白米 きなこ 砂糖									
金	11・25	昼食 ♡	ご飯 玉ねぎとほうれん草の清汁 鮭の照り焼き なすの味噌炒め オレンジ	精白米 かつお節（だし用） 玉ねぎ 塩 しょうゆ ほうれん草 サラダ油 鮭 酒 しょうゆ みりん 砂糖 サラダ油 豚肩挽肉 キャベツ にんじん なす 味噌 砂糖 酒 片栗粉 オレンジ									
		午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン ジャム									
土	12・26	昼食 ♡	あんかけ丼 じゃが芋とわかめの味噌汁 華風和え バナナ	精白米 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 にんじん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 かつお節 じゃが芋 わかめ 味噌 キャベツ にんじん 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 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 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、卵、乳、小麦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

(2 0 2 6 年 9 月 分) 豊島区子ども家庭部保育課

3歳未満児				栄養量		標準	エネルギー	490kcal	たん白質	16.5g	脂質	14.7g	食塩相当量	1.2g
曜日	日	時間帯	献立名	食品名										
月	14・28	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	チキンカレー 春雨サラダ トマト	精白米 サラダ油 生姜 にんにく 玉ねぎ 鶏肉胸皮なし にんじん じゃが芋 カレールウ トマトピューレ りんご はるさめ にんじん きゅうり サラダ油 酢 砂糖 塩 しょうゆ トマト										
		午後おやつ	牛乳 グレープゼリー せんべい	牛乳 粉寒天 砂糖 ぶどうジュース せんべい										
火	1・15・29	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	ご飯 キャベツとえのきのきの清汁 鶏肉の味噌マヨ焼き ひじきの煮物	精白米 かつお節（だし用） キャベツ えのきたけ 塩 しょうゆ 鶏もも皮なし肉 塩 酒 ノンエッグマヨネーズ 味噌 みりん 砂糖 サラダ油 にんじん ほしひじき 大豆 砂糖 しょうゆ 酒 ごま油 さやいんげん										
		午後おやつ	牛乳 ツナのサモサ	牛乳 サラダ油 ぎょうざの皮 じゃが芋 玉ねぎ ツナ缶 塩 カレー粉										
水	2・16・30	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 冬瓜とベーコンのスープ 白身魚のさわやかソース フレンチサラダ	食パン 豆乳バター ジャム かつお節（だし用） ベーコン 冬瓜 塩 しょうゆ サラダ油 白身魚 塩 酒 片栗粉 パプリカ（赤） しょうゆ レモン みりん 砂糖 パセリ（乾） キャベツ にんじん きゅうり サラダ油 酢 砂糖 塩										
		午後おやつ	牛乳 小松菜としらすのおにぎり	牛乳 精白米 小松菜 ごま油 塩 しらす干し										
木	3・17	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食	焼きそば 青梗菜の中華スープ かぼちゃのサラダ トマト	サラダ油 中華めん 豚肩肉 にんじん キャベツ もやし 塩 中濃ソース ウスターソース しょうゆ 鶏ガラスープ 玉ねぎ 塩 しょうゆ ごま油 青梗菜 かぼちゃ きゅうり にんじん サラダ油 酢 砂糖 塩 トマト										
		午後おやつ	牛乳 きのこの炊き込みご飯	牛乳 精白米 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん しめじ みりん しょうゆ 塩										
金	4・18	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	ご飯 キャベツと油揚げの味噌汁 肉豆腐 ほうれん草ともやしの磯香和え 梨	精白米 かつお節（だし用） キャベツ 油揚げ 味噌 豆腐 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ にんじん しめじ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 ほうれん草 もやし にんじん しょうゆ みりん 刻みのり 梨										
		午後おやつ	牛乳 スイートパン	牛乳 食パン 豆乳バター グラニュー糖										
土	5・19	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	中華丼 チキンスープ きゅうりの塩昆布和え バナナ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ にんじん キャベツ 酒 砂糖 オイスターソース しょうゆ 片栗粉 ごま油 かつお節 サラダ油 鶏もも皮なし肉 にんじん じゃが芋 塩 しょうゆ きゅうり 塩昆布 ごま油 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 せんべい ビスケット										
月	7	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	ビビンバ丼 長ねぎとわかめのスープ たたききゅうり オレンジ	精白米 サラダ油 生姜 にんにく 豚肩挽肉 切り干し大根 玉ねぎ しょうゆ 味噌 砂糖 酒 塩 片栗粉 にんじん ほうれん草 ごま油 かつお節（だし用） 長ねぎ わかめ 塩 しょうゆ きゅうり 砂糖 塩 酢 ごま油 オレンジ										
		午後おやつ	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス 砂糖 ココア 脱脂粉乳 牛乳 サラダ油										
火	8	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	ご飯 さつま汁 かじきのくわ焼き もやしと小松菜のおかか和え 梨	精白米 かつお節（だし用） サラダ油 鶏もも皮なし肉 だいこん にんじん 玉ねぎ さつま芋 味噌 サラダ油 めかじき 生姜 砂糖 酒 しょうゆ もやし 小松菜 かつお節 しょうゆ だし汁 梨										
		午後おやつ	牛乳 ミルククッキー	牛乳 豆乳バター 砂糖 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー										
水	9	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 ホワイトスープ ポークチャップ スティック野菜のマリネ	食パン 豆乳バター ジャム かつお節（だし用） サラダ油 玉ねぎ キャベツ ベーコン 牛乳 脱脂粉乳 塩 しょうゆ サラダ油 にんにく 豚肩肉 玉ねぎ トマトケチャップ ウスターソース 酒 塩 片栗粉 きゅうりにんじん サラダ油 酢 砂糖 塩										
		午後おやつ	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 精白米 わかめ										
木	10	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食	ご飯 ふりかけ 高野豆腐と玉ねぎの味噌汁 挽肉と野菜の厚焼卵 キャベツと人参の胡麻和え	精白米 おかかふりかけ かつお節（だし用） 玉ねぎ 凍り豆腐 味噌 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん ほうれん草 鶏卵 だし汁 砂糖 塩 しょうゆ キャベツ にんじん ごま 砂糖 しょうゆ										
		午後おやつ	牛乳 スイートポテトフライ	牛乳 サラダ油 さつま芋 塩										
木	24	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	和風ツナピラフ 高野豆腐と玉ねぎの味噌汁 キャベツと人参の胡麻和え	精白米 サラダ油 玉ねぎ にんじん ツナ缶 塩 しょうゆ かつお節（だし用） 玉ねぎ 凍り豆腐 味噌 キャベツ にんじん ごま 砂糖 しょうゆ										
		午後おやつ	牛乳 おはぎ	牛乳 もち米 精白米 きなこ 砂糖										
金	11・25	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	ご飯 玉ねぎとほうれん草の清汁 鮭の照り焼き なすの味噌炒め オレンジ	精白米 かつお節（だし用） 玉ねぎ 塩 しょうゆ ほうれん草 サラダ油 鮭 酒 しょうゆ みりん 砂糖 サラダ油 豚肩挽肉 キャベツ にんじん なす 味噌 砂糖 酒 片栗粉 オレンジ										
		午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン ジャム										
土	12・26	午前おやつ	牛乳	牛乳										
		昼食♡	あんかけ丼 じゃが芋とわかめの味噌汁 華風和え バナナ	精白米 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 にんじん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 かつお節 じゃが芋 わかめ 味噌 キャベツ にんじん 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 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 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、卵、乳、小麦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

(2 0 2 6 年 9 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	14・28	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 春雨サラダ トマト	精白米 サラダ油 玉ねぎ 鶏肉胸皮なし にんじん じゃが芋 砂糖 しょうゆ 片栗粉 はるさめ にんじん きゅうり サラダ油 酢 砂糖 塩 しょうゆ トマト
		午後おやつ	牛乳 グレープゼリー せんべい	牛乳 粉寒天 砂糖 ぶどうジュース 赤ちゃん用せんべい
火	1・15・29	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 キャベツとえのきの清汁 鶏肉の味噌マヨ焼き ひじきの煮物	精白米 だし汁 キャベツ えのきたけ 塩 しょうゆ 鶏もも皮なし肉 塩 酒 ノンエッグマヨネーズ 味噌 みりん 砂糖 サラダ油 にんじん ほしひじき 大豆 砂糖 しょうゆ 酒 ごま油 さやいんげん
		午後おやつ	牛乳 ツナのお焼き	牛乳 サラダ油 じゃが芋 玉ねぎ ツナ缶 塩
水	2・16・30	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 冬瓜とベーコンのスープ 白身魚のさわやかソース フレンチサラダ	食パン 豆乳バター ジャム だし汁 ベーコン 冬瓜 塩 しょうゆ サラダ油 白身魚 塩 酒 片栗粉 パプリカ（赤） しょうゆ レモン みりん 砂糖 パセリ（乾） キャベツ にんじん きゅうり サラダ油 酢 砂糖 塩
		午後おやつ	牛乳 小松菜としらす軟飯	牛乳 精白米 小松菜 ごま油 塩 しらす干し
木	3・17	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食	焼きうどん 青梗菜の中華スープ かぼちゃのサラダ トマト	サラダ油 乾麺 豚肩肉 にんじん キャベツ もやし 塩 しょうゆ 鶏ガラスープ 玉ねぎ 塩 しょうゆ ごま油 青梗菜 かぼちゃ きゅうり にんじん サラダ油 酢 砂糖 塩 トマト
		午後おやつ	牛乳 きのこの炊き込みご飯（軟飯）	牛乳 精白米 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん しめじ みりん しょうゆ 塩
金	4・18	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 キャベツの味噌汁 肉豆腐 ほうれん草ともやしの磯香和え 梨のコンポート	精白米 だし汁 キャベツ 味噌 豆腐 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ にんじん しめじ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 ほうれん草 もやし にんじん しょうゆ みりん 刻みのり 梨
		午後おやつ	牛乳 スイートパン	牛乳 食パン 豆乳バター グラニュー糖
土	5・19	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	中華丼（軟飯） チキンスープ きゅうりの塩昆布煮 バナナ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ にんじん キャベツ 酒 砂糖 オイスターソース しょうゆ 片栗粉 ごま油 だし汁 サラダ油 鶏もも皮なし肉 にんじん じゃが芋 塩 しょうゆ きゅうり 塩昆布 ごま油 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
月	7	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	ビビンバ丼（軟飯） 長ねぎとわかめのスープ スライスきゅうり オレンジ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 切り干し大根 玉ねぎ しょうゆ 味噌 砂糖 酒 塩 片栗粉 にんじん ほうれん草 ごま油 だし汁 長ねぎ わかめ 塩 しょうゆ きゅうり 砂糖 塩 酢 ごま油 オレンジ
		午後おやつ	牛乳 蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス 砂糖 脱脂粉乳 牛乳 サラダ油
火	8	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 さつま汁 かじきのつけ焼き もやしと小松菜のおかか和え 梨のコンポート	精白米 だし汁 サラダ油 鶏もも皮なし肉 だいこん にんじん さつま芋 玉ねぎ 味噌 サラダ油 めかじき 砂糖 酒 しょうゆ もやし 小松菜 かつお節 しょうゆ だし汁 梨
		午後おやつ	牛乳 ミルククッキー	牛乳 豆乳バター 砂糖 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー
水	9	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 ホワイトスープ ポークチャップ スライス野菜のマリネ	食パン 豆乳バター ジャム だし汁 サラダ油 玉ねぎ キャベツ ベーコン 牛乳 脱脂粉乳 塩 しょうゆ サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ トマトケチャップ ウスターソース 酒 塩 片栗粉 きゅうり にんじん サラダ油 酢 砂糖 塩
		午後おやつ	牛乳 わかめ軟飯	牛乳 精白米 わかめ
木	10	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食	軟飯 高野豆腐と玉ねぎの味噌汁 挽肉と野菜の厚焼卵 キャベツと人参の胡麻和え	精白米 だし汁 玉ねぎ 凍り豆腐 味噌 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん ほうれん草 鶏卵 だし汁 砂糖 塩 しょうゆ キャベツ にんじん ごま 砂糖 しょうゆ
		午後おやつ	牛乳 ふかし芋	牛乳 さつま芋
木	24	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	和風ツナピラフ（軟飯） 高野豆腐と玉ねぎの味噌汁 キャベツと人参の胡麻和え	精白米 サラダ油 玉ねぎ にんじん ツナ缶 塩 しょうゆ だし汁 玉ねぎ 凍り豆腐 味噌 キャベツ にんじん ごま 砂糖 しょうゆ
		午後おやつ	牛乳 味噌軟飯	牛乳 もち米 精白米 だし汁 味噌
金	11・25	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 玉ねぎとほうれん草の清汁 鮭の照り焼き なすの味噌炒め煮 オレンジ	精白米 だし汁 玉ねぎ 塩 しょうゆ ほうれん草 サラダ油 鮭 酒 しょうゆ みりん 砂糖 サラダ油 豚肩挽肉 キャベツ にんじん なす 味噌 砂糖 酒 片栗粉 オレンジ
		午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン ジャム
土	12・26	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	あんかけ丼（軟飯） じゃが芋とわかめの味噌汁 華風和え バナナ	精白米 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 にんじん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 だし汁 じゃが芋 わかめ 味噌 キャベツ にんじん 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 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

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、卵、乳、小麦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

(2 0 2 6 年 9 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	14・28	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	硬粥 鶏肉と野菜の煮物 春雨サラダ トマト	精白米 サラダ油 玉ねぎ 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん じゃが芋 砂糖 しょうゆ 片栗粉 はるさめ にんじん きゅうり サラダ油 酢 砂糖 塩 しょうゆ トマト
		午後おやつ	ミルク グレープゼリー せんべい	調製粉乳 粉寒天 砂糖 ぶどうジュース 赤ちゃん用せんべい
火	1・15・29	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	硬粥 キャベツとえのきの清汁 鶏肉団子の味噌マヨ煮 ひじきの煮物	精白米 だし汁 キャベツ えのきたけ 塩 しょうゆ 鶏肉団子（もも皮なし/玉ねぎ） だし汁 ノンエッグマヨネーズ 味噌 みりん 砂糖 片栗粉 サラダ油 にんじん ほしひじき 大豆 砂糖 しょうゆ 酒 ごま油 さやいんげん
		午後おやつ	ミルク ツナのお焼き	調製粉乳 サラダ油 じゃが芋 玉ねぎ ツナ缶 塩
水	2・16・30	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 冬瓜とベーコンのスープ 白身魚のさわやかソース フレンチサラダ	食パン 豆乳バター ジャム だし汁 ベーコン 冬瓜 塩 しょうゆ サラダ油 白身魚 塩 酒 片栗粉 パプリカ（赤） しょうゆ レモン みりん 砂糖 パセリ（乾） キャベツ にんじん きゅうり サラダ油 酢 砂糖 塩
		午後おやつ	ミルク 小松菜としらす硬粥	調製粉乳 精白米 小松菜 ごま油 塩 しらす干し
木	3・17	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食	焼きうどん 青梗菜の中華スープ かぼちゃのサラダ トマト	サラダ油 乾麺 豚肩挽肉 にんじん キャベツ もやし 塩 しょうゆ 鶏ガラスープ 玉ねぎ 塩 しょうゆ ごま油 青梗菜 かぼちゃ きゅうり にんじん サラダ油 酢 砂糖 塩 トマト
		午後おやつ	ミルク きのこの炊き込みご飯（硬粥）	調製粉乳 精白米 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん しめじ みりん しょうゆ 塩
金	4・18	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	硬粥 キャベツの味噌汁 肉豆腐 ほうれん草ともやしの磯香和え 梨のコンポート	精白米 だし汁 キャベツ 味噌 豆腐 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ にんじん しめじ しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 ほうれん草 もやし にんじん しょうゆ みりん 刻みのり 梨
		午後おやつ	ミルク スイートパン	調製粉乳 食パン 豆乳バター グラニュー糖
土	5・19	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	中華丼（硬粥） チキンスープ きゅうりの塩昆布煮 バナナ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ にんじん キャベツ 酒 砂糖 オイスターソース しょうゆ 片栗粉 ごま油 だし汁 サラダ油 鶏もも皮なし挽肉 にんじん じゃが芋 塩 しょうゆ きゅうり 塩昆布 ごま油 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
月	7	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	ビビンバ丼（硬粥） 長ねぎとわかめのスープ スライスきゅうり オレンジ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 切り干し大根 玉ねぎ しょうゆ 味噌 砂糖 酒 塩 片栗粉 にんじん ほうれん草 ごま油 だし汁 長ねぎ わかめ 塩 しょうゆ きゅうり 砂糖 塩 酢 ごま油 オレンジ
		午後おやつ	ミルク 蒸しパン	調製粉乳 ホットケーキミックス 砂糖 脱脂粉乳 牛乳 サラダ油
火	8	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	硬粥 さつま汁 かじきのつけ焼き もやしと小松菜のおかか和え 梨のコンポート	精白米 だし汁 サラダ油 鶏もも皮なし挽肉 だいこん にんじん さつま芋 玉ねぎ 味噌 サラダ油 めかじき 砂糖 酒 しょうゆ もやし 小松菜 かつお節 しょうゆ だし汁 梨
		午後おやつ	ミルク ミルククッキー	調製粉乳 豆乳バター 砂糖 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー
水	9	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 ホワイトスープ 豚肉団子のケチャップ煮 スライス野菜のマリネ	食パン 豆乳バター ジャム だし汁 サラダ油 玉ねぎ キャベツ ベーコン 牛乳 脱脂粉乳 塩 しょうゆ 豚肉団子（豚肩肉/玉ねぎ） 玉ねぎ トマトケチャップ ウスターソース 酒 塩 片栗粉 きゅうり にんじん サラダ油 酢 砂糖 塩
		午後おやつ	ミルク わかめ硬粥	調製粉乳 精白米 わかめ
木	10	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食	硬粥 高野豆腐と玉ねぎの味噌汁 挽肉と野菜の厚焼卵 キャベツと人参の胡麻和え	精白米 だし汁 玉ねぎ 凍り豆腐 味噌 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 にんじん ほうれん草 鶏卵 だし汁 砂糖 塩 しょうゆ キャベツ にんじん ごま 砂糖 しょうゆ
		午後おやつ	ミルク ふかし芋	調製粉乳 さつま芋
木	24	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	和風ツナピラフ（硬粥） 高野豆腐と玉ねぎの味噌汁 キャベツと人参の胡麻和え	精白米 サラダ油 玉ねぎ にんじん ツナ缶 塩 しょうゆ だし汁 玉ねぎ 凍り豆腐 味噌 キャベツ にんじん ごま 砂糖 しょうゆ
		午後おやつ	ミルク 味噌硬粥	調製粉乳 もち米 精白米 だし汁 味噌
金	11・25	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	硬粥 玉ねぎとほうれん草の清汁 鮭の照り焼き なすの味噌炒め煮 オレンジ	精白米 だし汁 玉ねぎ 塩 しょうゆ ほうれん草 サラダ油 鮭 酒 しょうゆ みりん 砂糖 サラダ油 豚肩挽肉 キャベツ にんじん なす 味噌 砂糖 酒 片栗粉 オレンジ
		午後おやつ	ミルク ジャムサンド	調製粉乳 食パン ジャム
土	12・26	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	あんかけ丼（硬粥） じゃが芋とわかめの味噌汁 華風和え バナナ	精白米 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 にんじん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 だし汁 じゃが芋 わかめ 味噌 キャベツ にんじん 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 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

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、卵、乳、小麦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

(2 0 2 6 年 9 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	14 ・ 28	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 煮トマト つくねと野菜の煮物 ミルク	精白米 トマト 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） 玉ねぎ にんじん だし汁 片栗粉 調製粉乳
火	1 ・ 15 ・ 29	午前	ミルク	調製粉乳
		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 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
水	2 ・ 16 ・ 30	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	パン粥 冬瓜の煮物 魚と野菜のあんかけ煮 ミルク	食パン スープ とうがん にんじん だし汁 片栗粉 白身魚 キャベツ にんじん だし汁 片栗粉 調製粉乳
木	3 ・ 17	午前	ミルク	調製粉乳
		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 だし汁 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） キャベツ にんじん 片栗粉 かぼちゃ にんじん スープ 片栗粉 調製粉乳
金	4 ・ 18	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 人参の煮物 豆腐とキャベツのうま煮 ミルク	精白米 にんじん だし汁 片栗粉 豆腐 キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
土	5 ・ 19	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 じゃが芋と人参の煮物 ささみと野菜のくず煮 ミルク	精白米 じゃが芋 にんじん だし汁 片栗粉 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） にんじん キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
月	7	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 玉ねぎと人参の煮物 ほうれん草と肉団子の煮物 ミルク	精白米 玉ねぎ にんじん だし汁 片栗粉 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） ほうれん草 だし汁 片栗粉 調製粉乳
火	8	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 大根と人参の煮物 魚と野菜の煮物 ミルク	精白米 だいこん にんじん だし汁 片栗粉 白身魚 にんじん 玉ねぎ だし汁 片栗粉 調製粉乳
水	9	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	パン粥 玉ねぎと人参のスープ煮 肉団子と野菜のあんかけ煮 ミルク	食パン スープ 玉ねぎ にんじん スープ 片栗粉 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） キャベツ にんじん だし汁 片栗粉 調製粉乳
木	10	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 さつま芋と人参の甘煮 卵とほうれん草の煮浸し ミルク	精白米 さつま芋 にんじん だし汁 片栗粉 スープ ほうれん草 鶏卵 片栗粉 調製粉乳
木	24	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 じゃが芋と人参のくず煮 つくねの煮物 ミルク	精白米 じゃが芋 にんじん だし汁 片栗粉 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） だし汁 片栗粉 調製粉乳
金	11 ・ 25	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 野菜の煮浸し 魚のくず煮 ミルク	精白米 キャベツ にんじん ほうれん草 だし汁 片栗粉 白身魚 だし汁 片栗粉 調製粉乳
土	12 ・ 26	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 野菜の煮物 ささみの煮物 ミルク	精白米 じゃが芋 玉ねぎ にんじん だし汁 片栗粉 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） だし汁 片栗粉 調製粉乳

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

(2 0 2 6 年 9 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	14 ・ 28	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 煮トマト 野菜の煮物 ミルク	精白米 トマト 玉ねぎ にんじん だし汁 片栗粉 調製粉乳
火	1 ・ 15 ・ 29	午前	ミルク	調製粉乳
		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 キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
水	2 ・ 16 ・ 30	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	パン粥 冬瓜の煮物 魚と野菜のあんかけ煮 ミルク	食パン スープ とうがん にんじん だし汁 片栗粉 白身魚 キャベツ にんじん だし汁 片栗粉 調製粉乳
木	3 ・ 17	午前	ミルク	調製粉乳
		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 だし汁 キャベツ にんじん 片栗粉 かぼちゃ にんじん スープ 片栗粉 調製粉乳
金	4 ・ 18	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 人参の煮物 豆腐とキャベツのうま煮 ミルク	精白米 にんじん だし汁 片栗粉 豆腐 キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
土	5 ・ 19	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 じゃが芋と人参の煮物 野菜のくず煮 ミルク	精白米 じゃが芋 にんじん だし汁 片栗粉 にんじん キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
月	7	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 玉ねぎと人参の煮物 ほうれん草の煮浸し ミルク	精白米 玉ねぎ にんじん だし汁 片栗粉 ほうれん草 だし汁 片栗粉 調製粉乳
火	8	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 大根と人参の煮物 魚と野菜の煮物 ミルク	精白米 だいこん にんじん だし汁 片栗粉 白身魚 にんじん 玉ねぎ だし汁 片栗粉 調製粉乳
水	9	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	パン粥 玉ねぎと人参のスープ煮 野菜のあんかけ煮 ミルク	食パン スープ 玉ねぎ にんじん スープ 片栗粉 キャベツ にんじん だし汁 片栗粉 調製粉乳
木	10	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 さつま芋と人参の甘煮 卵黄のくず煮 ミルク	精白米 さつま芋 にんじん だし汁 片栗粉 卵黄 スープ 片栗粉 調製粉乳
木	24	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 じゃが芋と人参のくず煮 キャベツの煮物 ミルク	精白米 じゃが芋 にんじん だし汁 片栗粉 キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
金	11 ・ 25	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 野菜の煮浸し 魚のくず煮 ミルク	精白米 キャベツ にんじん ほうれん草 だし汁 片栗粉 白身魚 だし汁 片栗粉 調製粉乳
土	12 ・ 26	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 野菜の煮物 ミルク	精白米 じゃが芋 玉ねぎ にんじん だし汁 片栗粉 調製粉乳

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（２０２６年９月分）

補 食

豊島区子ども家庭部保育課

曜 日	日	献立名	食 品 名
月	14 ・ 28	麦茶	麦茶
		米粉の人参ケーキ	米粉 ベーキングパウダー にんじん 砂糖 サラダ油
火	1 ・ 15 ・ 29	麦茶	麦茶
		りんごゼリー	粉寒天 砂糖 りんごジュース
水	2 ・ 16 ・ 30	麦茶	麦茶
		青のりポテト	じゃが芋 塩 あおのり
木	3 ・ 17	麦茶	麦茶
		米粉のココアケーキ	米粉 ベーキングパウダー ココア サラダ油 砂糖
金	4 ・ 18	麦茶	麦茶
		さつま芋のみたらし和え	さつま芋 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉
土	5 ・ 19	麦茶	麦茶
		せんべい（甘辛）	せんべい
		せんべい（塩）	せんべい
月	7	麦茶	麦茶
		味噌ポテト	サラダ油 じゃが芋 味噌 砂糖 酒
火	8	麦茶	麦茶
		ジャム入り米粉ケーキ	米粉 ベーキングパウダー サラダ油 砂糖 ジャム
水	9	麦茶	麦茶
		さつま芋の茶巾絞り	さつま芋 砂糖
木	10 ・ 24	麦茶	麦茶
		レモンゼリー	粉寒天 砂糖 レモン
金	11 ・ 25	麦茶	麦茶
		米粉のケーキ	米粉 ベーキングパウダー サラダ油 砂糖
土	12 ・ 26	麦茶	麦茶
		せんべい（甘辛）	せんべい
		せんべい（塩）	せんべい

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。