

豊島区保育所標準献立表

(2 0 2 6 年 1 0 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 519kcal	たん白質	18.5g 20.2g	脂質	15.7g 15.1g	食塩相当量	1.5g 1.7g
曜日	日	時間帯	献立名		食 品 名							
月	26	昼食 ♡	大豆入りキーマカレー ブロッコリーサラダ トマト		精白米 サラダ油 生姜 にんにく 玉ねぎ 豚肩挽肉 人参 じゃが芋 大豆 カレールウ トマトピューレ りんご ブロッコリー 人参 サラダ油 酢 砂糖 塩 トマト							
		午後おやつ	牛乳 アップルゼリー せんべい		牛乳 粉寒天 砂糖 りんごジュース りんご缶 せんべい							
火	13	昼食 ♡	ご飯 なすと長ねぎの味噌汁 さばのみぞれ煮 小松菜ともやしのしらす和え		精白米 かつお節（だし用） なす 長ねぎ 味噌 さば 塩 酒 大根 だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 生姜 小松菜 人参 もやし しらす干し みりん しょうゆ							
		午後おやつ	牛乳 おさつクラッカー		牛乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ごま油 サラダ油 塩							
火	27	昼食 ♡	ご飯 なすと長ねぎの味噌汁 さばのみぞれ煮 小松菜ともやしのしらす和え 柿		精白米 かつお節（だし用） なす 長ねぎ 味噌 さば 塩 酒 大根 だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 生姜 小松菜 人参 もやし しらす干し みりん しょうゆ 柿							
		午後おやつ	牛乳 おさつクラッカー		牛乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ごま油 サラダ油 塩							
水	14 ・ 28	昼食	食パン バター・ジャム 玉ねぎとわかめのスープ スパニッシュオムレツ 三色サラダ		食パン 豆乳バター ジャム かつお節（だし用） 玉ねぎ わかめ 塩 しょうゆ 豆乳バター サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 じゃが芋 マッシュルーム 鶏卵 牛乳 砂糖 塩 トマトケチャップ キャベツ 人参 ほうれん草 サラダ油 酢 砂糖 塩							
		午後おやつ	牛乳 人参入りおにぎり		牛乳 精白米 人参 ごま油 酒 塩							
木	1 ・ 15 ・ 29	昼食	ご飯 大根と油揚げの味噌汁 和風ハンバーグ 白菜の即席漬け		精白米 かつお節（だし用） 大根 油揚げ 味噌 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 豆腐 ほしひじき パン粉 塩 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 白菜 きゅうり 人参 塩昆布 ごま油							
		午後おやつ	牛乳 焼きとうもろこし風米粉のお焼き		牛乳 サラダ油 米粉 ベーキングパウダー クリームコーン缶 ベーコン 塩 しょうゆ							
金	2 ・ 16 ・ 30	昼食	ご飯 里芋とほうれん草の味噌汁 かじきの衣揚げ かぶときゅうりの甘酢和え 梨		精白米 かつお節（だし用） 里芋 味噌 ほうれん草 サラダ油 めかじき 砂糖 しょうゆ 酒 生姜 にんにく 片栗粉 かぶ きゅうり 人参 酢 砂糖 塩 梨							
		午後おやつ	牛乳 ミルクパン		牛乳 食パン 豆乳バター 脱脂粉乳 グラニュー糖 牛乳							
土	3 ・ 17 ・ 31	昼食 ♡	豚そぼろ丼 ポテトスープ キャベツと人参のお浸し バナナ		精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 かつお節 玉ねぎ じゃが芋 塩 しょうゆ キャベツ 人参 ほうれん草 だし汁 しょうゆ 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	5	昼食 ♡	スタミナ丼 春雨とほうれん草のスープ きゅうりとわかめの華風和え		精白米 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく しょうゆ 砂糖 酒 にら 片栗粉 かつお節（だし用） 人参 玉ねぎ 春雨 塩 しょうゆ ほうれん草 きゅうり わかめ 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 トマト							
		午後おやつ	牛乳 ハムチーズ蒸しパン		牛乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 砂糖 牛乳 サラダ油 粉チーズ ハム 塩							
月	19	昼食 ♡	スタミナ丼 春雨とほうれん草のスープ きゅうりとわかめの華風和え 柿		精白米 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく しょうゆ 砂糖 酒 にら 片栗粉 かつお節（だし用） 人参 玉ねぎ 春雨 塩 しょうゆ ほうれん草 きゅうり わかめ 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 トマト 柿							
		午後おやつ	牛乳 ハムチーズ蒸しパン		牛乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 砂糖 牛乳 サラダ油 粉チーズ ハム 塩							
火	6 ・ 20	昼食	ご飯 豆腐とキャベツの味噌汁 ヒレカツ 切干大根の煮物		精白米 かつお節（だし用） 豆腐 キャベツ 味噌 サラダ油 豚ヒレ肉 塩 小麦粉 パン粉 中濃ソース 砂糖 サラダ油 切干大根 人参 だし汁 酒 砂糖 しょうゆ さやいんげん							
		午後おやつ	牛乳 スイートパンプキン		牛乳 かぼちゃ 砂糖 脱脂粉乳 牛乳 生クリーム 豆乳バター							
水	7 ・ 21	昼食	食パン バター・ジャム 秋野菜のクリーム煮 もやしの和風サラダ		食パン 豆乳バター ジャム サラダ油 鶏もも皮なし肉 玉ねぎ 人参 さつま芋 しめじ 鶏ガラスープ 豆乳バター 小麦粉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム 塩 ブロッコリー キャベツ 人参 もやし サラダ油 酢 砂糖 塩 しょうゆ							
		午後おやつ	牛乳 チャーハン		牛乳 サラダ油 精白米 豚肩挽肉 人参 長ねぎ 塩 しょうゆ オイスターソース							
木	8 ・ 22	昼食	カレーうどん ポテトサラダ トマト		乾麺 かつお節（だし用） サラダ油 玉ねぎ 豚肩肉 人参 カレールウ 砂糖 塩 しょうゆ 片栗粉 小松菜 じゃが芋 塩 人参 きゅうり ツナ缶 サラダ油 酢 砂糖 トマト							
		午後おやつ	牛乳 味噌焼きおにぎり		牛乳 精白米 味噌 砂糖 だし汁							
金	9 ・ 23	昼食 ♡	山路おこわ キャベツと玉ねぎの味噌汁 鮭のもみじ焼き きゅうりのゆかり和え 梨		精白米 もち米 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 人参 しめじ 酒 砂糖 塩 しょうゆ さつま芋 かつお節（だし用） キャベツ 玉ねぎ 味噌 サラダ油 鮭 トマトケチャップ 酒 みりん しょうゆ きゅうり ゆかり 梨							
		午後おやつ	牛乳 きな粉パン		牛乳 食パン 豆乳バター きなこ 脱脂粉乳 砂糖							
土	10 ・ 24	昼食 ♡	うまに丼 ハムと玉ねぎのスープ 高野豆腐の煮物 バナナ		精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 キャベツ マッシュルーム缶 砂糖 塩 酒 オイスターソース 片栗粉 ごま油 かつお節 玉ねぎ ハム 塩 しょうゆ 凍り豆腐 人参 だし汁 砂糖 みりん しょうゆ 塩 片栗粉 さやいんげん 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 1 0 月 分) 豊島区子ども家庭部保育課

3歳未満児												
			栄養量	標準 今月	エネルギー	490kcal 468kcal	たん白質	16.5g 19.3g	脂質	14.7g 14.9g	食塩相当量	1.2g 1.5g
曜日	日	時間帯	献立名		食 品 名							
月	26	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食 ♡	大豆入りキーマカレー ブロッコリーサラダ トマト		精白米 サラダ油 生姜 にんにく 玉ねぎ 豚肩挽肉 人参 ジャガ芋 大豆 カレールウ トマトビューレ りんご ブロッコリー 人参 サラダ油 酢 砂糖 塩 トマト							
		午後おやつ	牛乳 アップルゼリー せんべい		牛乳 粉寒天 砂糖 りんごジュース りんご缶 せんべい							
火	13	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食 ♡	ご飯 なすと長ねぎの味噌汁 白身魚のみぞれ煮 小松菜ともやしのしらす和え		精白米 かつお節（だし用） なす 長ねぎ 味噌 白身魚 塩 酒 大根 だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 生姜 小松菜 人参 もやし しらす干し みりん しょうゆ							
		午後おやつ	牛乳 おさつクラッカー		牛乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ごま油 サラダ油 塩							
火	27	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食 ♡	ご飯 なすと長ねぎの味噌汁 白身魚のみぞれ煮 小松菜ともやしのしらす和え 柿		精白米 かつお節（だし用） なす 長ねぎ 味噌 白身魚 塩 酒 大根 だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 生姜 小松菜 人参 もやし しらす干し みりん しょうゆ 柿							
		午後おやつ	牛乳 おさつクラッカー		牛乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ごま油 サラダ油 塩							
水	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 玉ねぎとわかめのスープ スパニッシュオムレツ 三色サラダ		食パン 豆乳バター ジャム かつお節（だし用） 玉ねぎ わかめ 塩 しょうゆ 豆乳バター サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 ジャガ芋 マッシュルーム 鶏卵 牛乳 砂糖 塩 トマトケチャップ キャベツ 人参 ほうれん草 サラダ油 酢 砂糖 塩							
		午後おやつ	牛乳 人参入りおにぎり		牛乳 精白米 人参 ごま油 酒 塩							
木	1 ・ 15 ・ 29	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食	ご飯 大根と油揚げの味噌汁 和風ハンバーグ 白菜の即席漬け		精白米 かつお節（だし用） 大根 油揚げ 味噌 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 豆腐 ほしひじき パン粉 塩 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 白菜 きゅうり 人参 塩昆布 ごま油							
		午後おやつ	牛乳 焼きとうもろこし風米粉のお焼き		牛乳 サラダ油 米粉 ベーキングパウダー クリームコーン缶 ベーコン 塩 しょうゆ							
金	2 ・ 16 ・ 30	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食	ご飯 里芋とほうれん草の味噌汁 かじきの衣揚げ かぶときゅうりの甘酢和え 梨		精白米 かつお節（だし用） 里芋 味噌 ほうれん草 サラダ油 めかじき 砂糖 しょうゆ 酒 生姜 にんにく 片栗粉 かぶ きゅうり 人参 酢 砂糖 塩 梨							
		午後おやつ	牛乳 ミルクパン		牛乳 食パン 豆乳バター 脱脂粉乳 グラニュー糖 牛乳							
土	3 ・ 17 ・ 31	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食 ♡	豚そぼろ丼 ポテトスープ キャベツと人参のお浸し バナナ		精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 かつお節 玉ねぎ ジャガ芋 塩 しょうゆ キャベツ 人参 ほうれん草 だし汁 しょうゆ 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	5	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食 ♡	スタミナ丼 春雨とほうれん草のスープ きゅうりとわかめの華風和え		精白米 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく しょうゆ 砂糖 酒 にら 片栗粉 かつお節（だし用） 人参 玉ねぎ 春雨 塩 しょうゆ ほうれん草 きゅうり わかめ 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 トマト							
		午後おやつ	牛乳 ハムチーズ蒸しパン		牛乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 砂糖 牛乳 サラダ油 粉チーズ ハム 塩							
月	19	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食 ♡	スタミナ丼 春雨とほうれん草のスープ きゅうりとわかめの華風和え 柿		精白米 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく しょうゆ 砂糖 酒 にら 片栗粉 かつお節（だし用） 人参 玉ねぎ 春雨 塩 しょうゆ ほうれん草 きゅうり わかめ 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 トマト 柿							
		午後おやつ	牛乳 ハムチーズ蒸しパン		牛乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 砂糖 牛乳 サラダ油 粉チーズ ハム 塩							
火	6 ・ 20	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食	ご飯 豆腐とキャベツの味噌汁 ヒレカツ 切干大根の煮物		精白米 かつお節（だし用） 豆腐 キャベツ 味噌 サラダ油 豚ヒレ肉 塩 小麦粉 パン粉 中濃ソース 砂糖 サラダ油 切干大根 人参 だし汁 酒 砂糖 しょうゆ さやいんげん							
		午後おやつ	牛乳 スイートパンプキン		牛乳 かぼちゃ 砂糖 脱脂粉乳 牛乳 生クリーム 豆乳バター							
水	7 ・ 21	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 秋野菜のクリーム煮 もやしの和風サラダ		食パン 豆乳バター ジャム サラダ油 鶏もも皮なし肉 玉ねぎ 人参 さつま芋 しめじ 鶏ガラスープ 豆乳バター 小麦粉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム 塩 ブロッコリー キャベツ 人参 もやし サラダ油 酢 砂糖 塩 しょうゆ							
		午後おやつ	牛乳 チャーハン		牛乳 サラダ油 精白米 豚肩挽肉 人参 長ねぎ 塩 しょうゆ オイスターソース							
木	8 ・ 22	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食	カレーうどん ポテトサラダ トマト		乾麺 かつお節（だし用） サラダ油 玉ねぎ 豚肩肉 人参 カレールウ 砂糖 塩 しょうゆ 片栗粉 小松菜 ジャガ芋 塩 人参 きゅうり ツナ缶 サラダ油 酢 砂糖 トマト							
		午後おやつ	牛乳 味噌焼きおにぎり		牛乳 精白米 味噌 砂糖 だし汁							
金	9 ・ 23	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食 ♡	山路おこわ キャベツと玉ねぎの味噌汁 鮭のもみじ焼き きゅうりのゆかり和え 梨		精白米 もち米 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 人参 しめじ 酒 砂糖 塩 しょうゆ さつま芋 かつお節（だし用） キャベツ 玉ねぎ 味噌 サラダ油 鮭 トマトケチャップ 酒 みりん しょうゆ きゅうり ゆかり 梨							
		午後おやつ	牛乳 きな粉パン		牛乳 食パン 豆乳バター きなこ 脱脂粉乳 砂糖							
土	10 ・ 24	午前おやつ	牛乳		牛乳							
		昼食 ♡	うまに丼 ハムと玉ねぎのスープ 高野豆腐の煮物 バナナ		精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 キャベツ マッシュルーム缶 砂糖 塩 酒 オイスターソース 片栗粉 ごま油 かつお節 玉ねぎ ハム 塩 しょうゆ 凍り豆腐 人参 だし汁 砂糖 みりん しょうゆ 塩 片栗粉 さやいんげん 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 1 0 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	26	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 豚肉と大豆の煮物 ブロッコリーサラダ トマト	精白米 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 人参 じゃが芋 大豆 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー 人参 サラダ油 酢 砂糖 塩 トマト
		午後おやつ	牛乳 アップルゼリー せんべい	牛乳 粉寒天 砂糖 りんごジュース りんご缶 赤ちゃん用せんべい
火	13	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 なすと長ねぎの味噌汁 白身魚のみぞれ煮 小松菜ともやしのしらす和え	精白米 だし汁 なす 長ねぎ 味噌 白身魚 塩 酒 大根 だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 小松菜 人参 もやし しらす干し みりん しょうゆ
		午後おやつ	牛乳 おさつクラッカー	牛乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ごま油 サラダ油 塩
火	27	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	軟飯 なすと長ねぎの味噌汁 白身魚のみぞれ煮 小松菜ともやしのしらす和え 柿のコンポート	精白米 だし汁 なす 長ねぎ 味噌 白身魚 塩 酒 大根 だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 小松菜 人参 もやし しらす干し みりん しょうゆ 柿
		午後おやつ	牛乳 おさつクラッカー	牛乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ごま油 サラダ油 塩
水	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 玉ねぎとわかめのスープ スパニッシュオムレツ 三色サラダ	食パン 豆乳バター ジャム だし汁 玉ねぎ わかめ 塩 しょうゆ 豆乳バター サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 じゃが芋 マッシュルーム 鶏卵 牛乳 砂糖 塩 トマトケチャップ キャベツ 人参 ほうれん草 サラダ油 酢 砂糖 塩
		午後おやつ	牛乳 人参入り軟飯	牛乳 精白米 人参 ごま油 酒 塩
木	1 ・ 15 ・ 29	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食	軟飯 大根の味噌汁 和風ハンバーグ 白菜の塩昆布煮	精白米 だし汁 大根 味噌 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 豆腐 ほしひじき パン粉 塩 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 白菜 きゅうり 人参 塩昆布 ごま油
		午後おやつ	牛乳 焼きとうもろこし風米粉のお焼き	牛乳 サラダ油 米粉 ベーキングパウダー クリームコーン缶 ベーコン 塩 しょうゆ
金	2 ・ 16 ・ 30	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食	軟飯 里芋とほうれん草の味噌汁 かじきの衣焼き かぶときゅうりの甘酢和え 梨のコンポート	精白米 だし汁 里芋 味噌 ほうれん草 サラダ油 めかじき 砂糖 しょうゆ 酒 片栗粉 かぶ きゅうり 人参 酢 砂糖 塩 梨
		午後おやつ	牛乳 ミルクパン	牛乳 食パン 豆乳バター 脱脂粉乳 グラニュー糖 牛乳
土	3 ・ 17 ・ 31	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	豚そぼろ丼（軟飯） ポテトスープ キャベツと人参のお浸し バナナ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 だし汁 玉ねぎ じゃが芋 塩 しょうゆ キャベツ 人参 ほうれん草 だし汁 しょうゆ 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	5	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	スタミナ丼（軟飯） 春雨とほうれん草のスープ きゅうりとわかめの華風和え	精白米 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ 人参 しょうゆ 砂糖 酒 にら 片栗粉 だし汁 人参 玉ねぎ 春雨 塩 しょうゆ ほうれん草 きゅうり わかめ 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 トマト
		午後おやつ	牛乳 ハムチーズ蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 砂糖 牛乳 サラダ油 粉チーズ ハム 塩
月	19	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	スタミナ丼（軟飯） 春雨とほうれん草のスープ きゅうりとわかめの華風和え 柿のコンポート	精白米 サラダ油 豚肩肉 玉ねぎ 人参 しょうゆ 砂糖 酒 にら 片栗粉 だし汁 人参 玉ねぎ 春雨 塩 しょうゆ ほうれん草 きゅうり わかめ 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 トマト 柿
		午後おやつ	牛乳 ハムチーズ蒸しパン	牛乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 砂糖 牛乳 サラダ油 粉チーズ ハム 塩
火	6 ・ 20	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食	軟飯 豆腐とキャベツの味噌汁 ポークソテー 切干大根の煮物	精白米 だし汁 豆腐 キャベツ 味噌 サラダ油 豚ヒレ肉 塩 小麦粉 中濃ソース 砂糖 サラダ油 切干大根 人参 だし汁 酒 砂糖 しょうゆ さやいんげん
		午後おやつ	牛乳 スイートパンプキン	牛乳 かぼちゃ 砂糖 脱脂粉乳 牛乳 生クリーム 豆乳バター
水	7 ・ 21	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 秋野菜のクリーム煮 もやしの和風サラダ	食パン 豆乳バター ジャム サラダ油 鶏もも皮なし肉 玉ねぎ 人参 さつま芋 しめじ 鶏ガラスープ 豆乳バター 小麦粉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム 塩 ブロッコリー キャベツ 人参 もやし サラダ油 酢 砂糖 塩 しょうゆ
		午後おやつ	牛乳 チャーハン（軟飯）	牛乳 精白米 サラダ油 豚肩挽肉 人参 長ねぎ 塩 しょうゆ オイスターソース
木	8 ・ 22	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食	煮込みうどん ポテトサラダ トマト	乾麺 だし汁 サラダ油 玉ねぎ 豚肩肉 人参 砂糖 みりん 塩 しょうゆ 片栗粉 小松菜 じゃが芋 塩 人参 きゅうり ツナ缶 サラダ油 酢 砂糖 トマト
		午後おやつ	牛乳 味噌軟飯	牛乳 精白米 だし汁 味噌 砂糖
金	9 ・ 23	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	山路おこわ（軟飯） キャベツと玉ねぎの味噌汁 鮭のもみじ焼き スライスきゅうりのだし和え 梨のコンポート	精白米 もち米 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 人参 しめじ 酒 砂糖 塩 しょうゆ さつま芋 だし汁 キャベツ 玉ねぎ 味噌 サラダ油 鮭 トマトケチャップ 酒 みりん しょうゆ きゅうり だし汁 塩 梨
		午後おやつ	牛乳 きな粉パン	牛乳 食パン 豆乳バター きなこ 脱脂粉乳 砂糖
土	10 ・ 24	午前おやつ	牛乳	牛乳
		昼食 ♡	うまに丼（軟飯） ハムと玉ねぎのスープ 高野豆腐の煮物 バナナ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 キャベツ マッシュルーム缶 砂糖 塩 酒 オイスターソース 片栗粉 ごま油 だし汁 玉ねぎ ハム 塩 しょうゆ 凍り豆腐 人参 だし汁 砂糖 みりん しょうゆ 塩 片栗粉 さやいんげん 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 1 0 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	26	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	硬粥 豚肉と大豆の煮物 ブロッコリーサラダ トマト	精白米 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 人参 じゃが芋 大豆 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー 人参 サラダ油 酢 砂糖 塩 トマト
		午後おやつ	ミルク アップルゼリー せんべい	調製粉乳 粉寒天 砂糖 りんごジュース りんご缶 赤ちゃん用せんべい
火	13	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	硬粥 なすと長ねぎの味噌汁 白身魚のみぞれ煮 小松菜ともやしのしらす和え	精白米 だし汁 なす 長ねぎ 味噌 白身魚 塩 酒 大根 だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 小松菜 人参 もやし しらす干し みりん しょうゆ
		午後おやつ	ミルク おさつクラッカー	調製粉乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ごま油 サラダ油 塩
火	27	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	硬粥 なすと長ねぎの味噌汁 白身魚のみぞれ煮 小松菜ともやしのしらす和え 柿のコンポート	精白米 だし汁 なす 長ねぎ 味噌 白身魚 塩 酒 大根 だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 小松菜 人参 もやし しらす干し みりん しょうゆ 柿
		午後おやつ	ミルク おさつクラッカー	調製粉乳 さつま芋 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ごま油 サラダ油 塩
水	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 玉ねぎとわかめのスープ スパニッシュオムレツ 三色サラダ	食パン 豆乳バター ジャム だし汁 玉ねぎ わかめ 塩 しょうゆ 豆乳バター サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 じゃが芋 マッシュルーム 鶏卵 牛乳 砂糖 塩 トマトケチャップ キャベツ 人参 ほうれん草 サラダ油 酢 砂糖 塩
		午後おやつ	ミルク 人参入り硬粥	調製粉乳 精白米 人参 ごま油 酒 塩
木	1 ・ 15 ・ 29	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食	硬粥 大根の味噌汁 煮込み和風ハンバーグ 白菜の塩昆布煮	精白米 だし汁 大根 味噌 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 豆腐 ほしひじき パン粉 塩 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 白菜 きゅうり 人参 塩昆布 ごま油
		午後おやつ	ミルク 焼きとうもろこし風米粉のお焼き	調製粉乳 サラダ油 米粉 ベーキングパウダー クリームコーン缶 ベーコン 塩 しょうゆ
金	2 ・ 16 ・ 30	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食	硬粥 里芋とほうれん草の味噌汁 かじきの衣焼き かぶときゅうりの甘酢和え 梨のコンポート	精白米 だし汁 里芋 味噌 ほうれん草 サラダ油 めかじき 砂糖 しょうゆ 酒 片栗粉 かぶ きゅうり 人参 酢 砂糖 塩 梨
		午後おやつ	ミルク ミルキーパン	調製粉乳 食パン 豆乳バター 脱脂粉乳 グラニュー糖 牛乳
土	3 ・ 17 ・ 31	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	豚そぼろ丼（硬粥） ポテトスープ キャベツと人参のお浸し バナナ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 だし汁 玉ねぎ じゃが芋 塩 しょうゆ キャベツ 人参 ほうれん草 だし汁 しょうゆ 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	5	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	スタミナ丼（硬粥） 春雨とほうれん草のスープ きゅうりとわかめの華風和え	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 しょうゆ 砂糖 酒 にら 片栗粉 だし汁 人参 玉ねぎ 春雨 塩 しょうゆ ほうれん草 きゅうり わかめ 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 トマト
		午後おやつ	ミルク ハムチーズ蒸しパン	調製粉乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 砂糖 牛乳 サラダ油 粉チーズ ハム 塩
月	19	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	スタミナ丼（硬粥） 春雨とほうれん草のスープ きゅうりとわかめの華風和え 柿のコンポート	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 しょうゆ 砂糖 酒 にら 片栗粉 だし汁 人参 玉ねぎ 春雨 塩 しょうゆ ほうれん草 きゅうり わかめ 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 トマト 柿
		午後おやつ	ミルク ハムチーズ蒸しパン	調製粉乳 ホットケーキミックス 脱脂粉乳 砂糖 牛乳 サラダ油 粉チーズ ハム 塩
火	6 ・ 20	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食	硬粥 豆腐とキャベツの味噌汁 ミートボール煮 切干大根の煮物	精白米 だし汁 豆腐 キャベツ 味噌 豚肉団子（豚肩肉/玉ねぎ） 中濃ソース 砂糖 片栗粉 サラダ油 切干大根 人参 だし汁 酒 砂糖 しょうゆ さやいんげん
		午後おやつ	ミルク スイートパンプキン	調製粉乳 かぼちゃ 砂糖 脱脂粉乳 牛乳 生クリーム 豆乳バター
水	7 ・ 21	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 秋野菜のクリーム煮 もやしの和風サラダ	食パン 豆乳バター ジャム サラダ油 鶏もも皮なし挽肉 玉ねぎ 人参 さつま芋 しめじ 鶏ガラスープ 豆乳バター 小麦粉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム 塩 ブロッコリー キャベツ 人参 もやし サラダ油 酢 砂糖 塩 しょうゆ
		午後おやつ	ミルク チャーハン（硬粥）	調製粉乳 精白米 サラダ油 豚肩挽肉 人参 長ねぎ 塩 しょうゆ オイスターソース
木	8 ・ 22	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食	煮込みうどん ポテトサラダ トマト	乾麺 だし汁 サラダ油 玉ねぎ 豚肩挽肉 人参 砂糖 みりん 塩 しょうゆ 片栗粉 小松菜 じゃが芋 塩 人参 きゅうり ツナ缶 サラダ油 酢 砂糖 トマト
		午後おやつ	ミルク 味噌硬粥	調製粉乳 精白米 だし汁 味噌 砂糖
金	9 ・ 23	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	山路おこわ（硬粥） キャベツと玉ねぎの味噌汁 鮭のもみじ焼き スライスきゅうりのだし和え 梨のコンポート	精白米 もち米 サラダ油 鶏肉胸皮なし挽肉 人参 しめじ 酒 砂糖 塩 しょうゆ さつま芋 だし汁 キャベツ 玉ねぎ 味噌 サラダ油 鮭 トマトケチャップ 酒 みりん しょうゆ きゅうり だし汁 塩 梨
		午後おやつ	ミルク きな粉パン	調製粉乳 食パン 豆乳バター きなこ 脱脂粉乳 砂糖
土	10 ・ 24	午前おやつ	ミルク	調製粉乳
		昼食 ♡	うまに丼（硬粥） ハムと玉ねぎのスープ 高野豆腐の煮物 バナナ	精白米 サラダ油 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 キャベツ マッシュルーム缶 砂糖 塩 酒 オイスターソース 片栗粉 ごま油 だし汁 玉ねぎ ハム 塩 しょうゆ 凍り豆腐 人参 だし汁 砂糖 みりん しょうゆ 塩 片栗粉 さやいんげん 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 1 0 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	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 人参 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
火	13 ・ 27	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 なすと人参のスープ煮 煮魚 ミルク	精白米 なす 人参 スープ 片栗粉 白身魚 だし汁 片栗粉 調製粉乳
水	14 ・ 28	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	パン粥 じゃが芋と人参の煮物 卵とほうれん草の煮浸し ミルク	食パン スープ じゃが芋 人参 だし汁 片栗粉 スープ ほうれん草 鶏卵 片栗粉 調製粉乳
木	1 ・ 15 ・ 29	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 白菜と人参のスープ煮 つくねと野菜の煮物 ミルク	精白米 白菜 人参 スープ 片栗粉 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） 玉ねぎ 人参 だし汁 片栗粉 調製粉乳
金	2 ・ 16 ・ 30	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 ほうれん草と人参の煮浸し 魚と野菜のあんかけ煮 ミルク	精白米 ほうれん草 人参 だし汁 片栗粉 白身魚 玉ねぎ 人参 だし汁 片栗粉 調製粉乳
土	3 ・ 17 ・ 31	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 キャベツと人参の煮物 ほうれん草と肉団子の煮物 ミルク	精白米 キャベツ 人参 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
月	5 ・ 19	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 玉ねぎと人参のスープ煮 ささみと野菜のくず煮 ミルク	精白米 玉ねぎ 人参 スープ 片栗粉 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） 人参 ほうれん草 だし汁 片栗粉 調製粉乳
火	6 ・ 20	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 かぼちゃと人参の煮物 豆腐とキャベツのうま煮 ミルク	精白米 かぼちゃ 人参 だし汁 片栗粉 豆腐 キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
水	7 ・ 21	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	パン粥 ブロッコリーのスープ煮 肉団子と野菜のあんかけ煮 ミルク	食パン スープ ブロッコリー 人参 スープ 片栗粉 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） キャベツ 人参 だし汁 片栗粉 調製粉乳
木	8 ・ 22	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	煮込みうどん 煮トマト ミルク	乾麺 だし汁 鶏肉団子（ささみ/玉ねぎ） 人参 玉ねぎ 片栗粉 トマト 調製粉乳
金	9 ・ 23	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 さつま芋と人参の甘煮 魚と野菜の煮物 ミルク	精白米 さつま芋 人参 だし汁 片栗粉 白身魚 人参 玉ねぎ だし汁 片栗粉 調製粉乳
土	10 ・ 24	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 人参 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

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。ご了承ください。

豊島区保育所標準献立表

初期

(2 0 2 6 年 1 0 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	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 人参 だし汁 片栗粉 調製粉乳
火	13 ・ 27	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 なすと人参のスープ煮 煮魚 ミルク	精白米 なす 人参 スープ 片栗粉 白身魚 だし汁 片栗粉 調製粉乳
水	14 ・ 28	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	パン粥 じゃが芋と人参の煮物 卵黄のくず煮 ミルク	食パン スープ じゃが芋 人参 だし汁 片栗粉 卵黄 スープ 片栗粉 調製粉乳
木	1 ・ 15 ・ 29	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 白菜と人参のスープ煮 野菜の煮物 ミルク	精白米 白菜 人参 スープ 片栗粉 玉ねぎ 人参 だし汁 片栗粉 調製粉乳
金	2 ・ 16 ・ 30	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 ほうれん草と人参の煮浸し 魚と野菜のあんかけ煮 ミルク	精白米 ほうれん草 人参 だし汁 片栗粉 白身魚 玉ねぎ 人参 だし汁 片栗粉 調製粉乳
土	3 ・ 17 ・ 31	午前	ミルク	調製粉乳
		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 キャベツ 人参 だし汁 片栗粉 ほうれん草 だし汁 片栗粉 調製粉乳
月	5 ・ 19	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 玉ねぎと人参のスープ煮 野菜のくず煮 ミルク	精白米 玉ねぎ 人参 スープ 片栗粉 人参 ほうれん草 だし汁 片栗粉 調製粉乳
火	6 ・ 20	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 かぼちゃと人参の煮物 豆腐とキャベツのうま煮 ミルク	精白米 かぼちゃ 人参 だし汁 片栗粉 豆腐 キャベツ だし汁 片栗粉 調製粉乳
水	7 ・ 21	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	パン粥 ブロッコリーのスープ煮 野菜のあんかけ煮 ミルク	食パン スープ ブロッコリー 人参 スープ 片栗粉 キャベツ 人参 だし汁 片栗粉 調製粉乳
木	8 ・ 22	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	煮込みうどん 煮トマト ミルク	乾麺 だし汁 人参 玉ねぎ 片栗粉 トマト 調製粉乳
金	9 ・ 23	午前	ミルク	調製粉乳
		午後	粥 さつま芋と人参の甘煮 魚と野菜の煮物 ミルク	精白米 さつま芋 人参 だし汁 片栗粉 白身魚 人参 玉ねぎ だし汁 片栗粉 調製粉乳
土	10 ・ 24	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 人参 スープ キャベツ 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１０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	26	麦茶 米粉のココアケーキ	麦茶 米粉 ベーキングパウダー ココア サラダ油 砂糖
火	13 ・ 27	麦茶 かぼちゃの茶巾絞り	麦茶 かぼちゃ 砂糖
水	14 ・ 28	麦茶 米粉のケーキ	麦茶 米粉 ベーキングパウダー サラダ油 砂糖
木	1 ・ 15 ・ 29	麦茶 芋もち（砂糖醤油）	麦茶 サラダ油 じゃが芋 片栗粉 砂糖 しょうゆ
金	2 ・ 16 ・ 30	麦茶 レモンゼリー	麦茶 粉寒天 砂糖 レモン
土	3 ・ 17 ・ 31	麦茶 せんべい（甘辛） せんべい（塩）	麦茶 せんべい せんべい
月	5 ・ 19	麦茶 芋ようかん	麦茶 さつま芋 砂糖 塩
火	6 ・ 20	麦茶 米粉の人参ケーキ	麦茶 米粉 ベーキングパウダー 人参 砂糖 サラダ油
水	7 ・ 21	麦茶 りんごゼリー	麦茶 粉寒天 砂糖 りんごジュース
木	8 ・ 22	麦茶 ジャム入り米粉ケーキ	麦茶 米粉 ベーキングパウダー サラダ油 砂糖 ジャム
金	9 ・ 23	麦茶 みたらしポテト	麦茶 じゃが芋 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉
土	10 ・ 24	麦茶 せんべい（甘辛） せんべい（塩）	麦茶 せんべい 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。