

令和8年5月 献立表



初期（6か月ごろ）

荒川区立西日暮里保育園

日	曜			あか	黄	みどり
		【午前】離乳食	【午後】	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	金	パンがゆ 白身魚と野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク かれい	食パン 片栗粉	ブロッコリー にんじん 清見オレンジ
2	土	10倍がゆ 野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク	米	青菜 キャベツ バナナ
7	木	うどんのくたくた煮 キャベツのペースト 果物 ミルク	ミルク	絹豆腐 ミルク	うどん	にんじん たまねぎ キャベツ バナナ
8	金	パンがゆ 野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク	食パン	キャベツ たまねぎ 清見オレンジ
9	土	10倍がゆ 野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク	米 ジャがいも	にんじん バナナ
11	月	10倍がゆ 野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク	米	青菜 にんじん バナナ
12	火	10倍がゆ 白身魚と野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	かれい ミルク	米 片栗粉	にんじん 青菜 清見オレンジ
13	水	うどんのくたくた煮 じゃがいものペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク	うどん ジャがいも	にんじん キャベツ バナナ
14	木	10倍がゆ 豆腐と野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	絹豆腐 ミルク	米	たまねぎ にんじん 清見オレンジ
18	月	10倍がゆ 野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク	米	ブロッコリー にんじん 清見オレンジ
19	火	10倍がゆ 野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク	米	青菜 にんじん バナナ
20	水	10倍がゆ 豆腐と野菜のペースト 果物 ミルク	ミルク	絹豆腐 ミルク	米	にんじん かぶ 清見オレンジ
30	土	うどんのくたくた煮 かぼちゃのペースト 果物 ミルク	ミルク	ミルク	うどん	にんじん 青菜 かぼちゃ バナナ

*食事ごとにほうじ茶を提供します。この献立は保育園の行事、その他の都合により変更することがあります。

令和8年5月 献立表



中期（7～8か月ごろ）

荒川区立西日暮里保育園

日	曜	【午前】離乳食		あか	黄	みどり
		【午前】離乳食	【午後】離乳食	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	金	パンがゆ 白身魚と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク 野菜がゆ 豆腐と野菜のくず煮	ミルク かれい 絹豆腐	食パン 片栗粉 米	ブロッコリー にんじん 清見オレンジ たまねぎ
2	土	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 青菜の煮浸し	鶏ひき肉 ミルク	米 片栗粉 うどん	青菜 キャベツ バナナ にんじん
7	木	うどんのくたくた煮 キャベツの煮浸し 果物 ミルク	ミルク 7倍がゆ ツナと野菜のくず煮	絹豆腐 ミルク ツナ缶（水煮）	うどん 米 片栗粉	にんじん たまねぎ キャベツ バナナ
8	金	パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク 野菜がゆ 鶏肉と野菜のくず煮	ミルク 鶏肉	食パン 片栗粉 米	キャベツ たまねぎ 清見オレンジ にんじん ブロッコリー
9	土	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク マカロニの野菜煮 ツナと野菜のくず煮	鶏肉 ミルク ツナ缶（水煮）	米 じゃがいも 片栗粉 マカロニ	にんじん バナナ たまねぎ
11	月	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮	鶏肉 ミルク	米 片栗粉 食パン	青菜 にんじん バナナ かぶ
12	火	7倍がゆ 白身魚と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 鶏肉と野菜のくず煮	かれい ミルク 鶏肉	米 片栗粉 うどん さつまいも	青菜 にんじん 清見オレンジ たまねぎ
13	水	うどんのくたくた煮 じゃがいものだし煮 果物 ミルク	ミルク 野菜がゆ ツナと野菜のくず煮	鶏肉 ミルク ツナ缶（水煮）	うどん じゃがいも 米 片栗粉	にんじん キャベツ バナナ たまねぎ
14	木	7倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 キャベツの煮浸し	絹豆腐 ミルク ツナ缶（水煮）	米 片栗粉 うどん じゃがいも	たまねぎ にんじん 清見オレンジ キャベツ
18	月	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 鶏ひき肉と野菜のくず煮	鶏ひき肉 ミルク	米 片栗粉 うどん	ブロッコリー にんじん 清見オレンジ たまねぎ
19	火 金	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 鶏肉と野菜のくず煮	鶏肉 ミルク	米 片栗粉 うどん	青菜 にんじん バナナ
20	水	7倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク パンがゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮	絹豆腐 ミルク 鶏ひき肉	米 片栗粉 食パン	にんじん かぶ 清見オレンジ きゅうり
30	土	うどんのくたくた煮 かぼちゃのだし煮 果物 ミルク	ミルク きなこがゆ にんじんのだし煮	鶏ひき肉 ミルク きなこ	うどん 米 砂糖	にんじん 青菜 かぼちゃ バナナ

*食事ごとにほうじ茶を提供します。この献立は保育園の行事、その他の都合により変更することがあります。

令和8年5月 献立表



後期（9～11か月ごろ）

荒川区立西日暮里保育園

日	曜			あか	黄	みどり
		【午前】離乳食	【午後】おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	金	パンがゆ すまし汁 白身魚と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク 野菜がゆ	ミルク かれい	食パン 砂糖 片栗粉 米	たまねぎ ブロッコリー にんじん 清見オレンジ
2	土	5倍がゆ すまし汁 鶏ひき肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク 野菜うどん	鶏ひき肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	にんじん 青菜 キャベツ パナナ
7	木	鶏ひき肉うどん キャベツの煮浸し 果物 ミルク	ミルク ひじきがゆ	鶏ひき肉 ミルク	うどん 米 油	にんじん たまねぎ キャベツ パナナ ひじき
8	金	パンがゆ すまし汁 鶏肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク 野菜がゆ	ミルク 鶏肉	食パン 砂糖 片栗粉 米	にんじん たまねぎ キャベツ 清見オレンジ ブロッコリー
9	土	5倍がゆ すまし汁 鶏肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク マカロニの野菜煮	鶏肉 ミルク	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉 マカロニ	たまねぎ にんじん バナナ
11	月	5倍がゆ すまし汁 鶏肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク パンがゆ にんじんのだし煮	鶏肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 食パン	かぶ かぶ葉 青菜 にんじん バナナ
12	火	5倍がゆ みそ汁 白身魚と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク 野菜うどん	みそ かれい ミルク	米 ふ 砂糖 片栗粉 うどん さつまいも	たまねぎ 青菜 にんじん 清見オレンジ
13	水	豚肉うどん じゃがいもの煮物 果物 ミルク	ミルク わかめがゆ	豚肉 ミルク	うどん じゃがいも 米	にんじん キャベツ バナナ 乾燥わかめ
14	木	5倍がゆ すまし汁 豚ひき肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク ツナ入り野菜うどん	絹豆腐 豚ひき肉 ミルク ツナ缶（水煮）	米 砂糖 片栗粉 うどん じゃがいも	塩蔵わかめ たまねぎ にんじん 清見オレンジ
18	月	5倍がゆ すまし汁 鶏ひき肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク 野菜うどん	鶏ひき肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	たまねぎ にんじん ブロッコリー 清見オレンジ
19	火	5倍がゆ みそ汁 鶏肉と野菜のくず煮 果物 ミルク	ミルク 野菜うどん	みそ 鶏肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	なす 青菜 にんじん パナナ
20	水	5倍がゆ すまし汁 麻婆豆腐 果物 ミルク	ミルク パンがゆ きゅうりのだし煮	絹豆腐 豚ひき肉 みそ ミルク	米 砂糖 片栗粉 食パン	かぶ かぶ葉 にんじん 長ねぎ 清見オレンジ きゅうり
30	土	鶏ひき肉うどん かぼちゃの煮物 果物 ミルク	ミルク きなこがゆ にんじんのだし煮	鶏ひき肉 ミルク きなこ	うどん 砂糖 米	にんじん 青菜 かぼちゃ パナナ

*食事ごとにほうじ茶を提供します。この献立は保育園の行事、その他の都合により変更することがあります。

令和8年5月 献立表



完了期(12~19か月ごろ)

荒川区立西日暮里保育園

日	曜	献立名			あか	黄	みどり
		朝おやつ	【午前】離乳食	【午後】おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	金	牛乳	ロールパン パスタスープ魚の揚げ煮 ブロッコリーの煮浸し 果物	牛乳 野菜軟飯	牛乳 ベーコン かじき	ロールパン マカロニ 片栗粉 油 米	たまねぎ にんじん ホールコーン ブロッコリー 清見オレンジ
2	土	牛乳	二色丼 すまし汁 キャベツの煮浸し 果物	牛乳 野菜うどん	牛乳 鶏ひき肉	米 砂糖 うどん	しょうが 青菜 えのきたけ こねぎ キャベツ パナナ にんじん
7	木	牛乳	ナポリタン わかめスープ キャベツの煮浸し 果物	牛乳 ひじき軟飯	牛乳 ベーコン 鶏ひき肉 木綿豆腐	卵ゲッティ 油 米	たまねぎ にんじん ピーマン 塩蔵わかめ 長ねぎ キャベツ パナナ ひじき
8	金	牛乳	チーズサンド すまし汁 ローストチキン ブロッコリーの煮浸し 果物	牛乳 野菜軟飯	牛乳 チーズ 鶏肉	食パン 油 米	にんじん たまねぎ ブロッコリー 清見オレンジ
9	土	牛乳	軟飯 豆乳クリームスープ 鶏肉と野菜のくず煮 果物	牛乳 マカロニあべかわ	牛乳 豆乳 鶏肉 きなこ	米 油 米粉 じゃがいも 砂糖 片栗粉 マカロニ	たまねぎ クリームコーン缶 にんじん パナナ
11	月	牛乳	軟飯 すまし汁 鶏肉と野菜のくず煮 青菜の煮浸し 果物	牛乳 ジャムパン	牛乳 鶏肉	米 砂糖 片栗粉 食パン いちごジャム	かぶ かぶ葉 にんじん 青菜 パナナ
12	火	牛乳	軟飯 みそ汁 鮭の塩焼き 二色浸し 果物	牛乳 野菜うどん	牛乳 みそ 生鮭	米 ふ うどん さつまいも	たまねぎ 青菜 にんじん 清見オレンジ
13	水	牛乳	野菜あんかけうどん ツナとじゃがいもの煮物 果物	牛乳 わかめ軟飯	牛乳 豚肉 ツナ缶	うどん ごま油 砂糖 片栗粉 じゃがいも 米	キャベツ もやし にんじん 長ねぎ たまねぎ パナナ 乾燥わかめ
14	木	牛乳	ドライカレー すまし汁 キャベツの煮浸し 果物	牛乳 ツナ入り野菜うどん	牛乳 豚ひき肉 スキムミルク 木綿豆腐 ツナ缶(水煮)	米 油 うどん じゃがいも	たまねぎ にんじん ピーマン 塩蔵わかめ キャベツ 清見オレンジ
18	月	牛乳	軟飯 すまし汁 みそ松風焼き ブロッコリーの煮浸し 果物	牛乳 野菜うどん	牛乳 鶏ひき肉 みそ	米 パン粉 砂糖 油 うどん	えのきたけ たまねぎ 長ねぎ ブロッコリー 清見オレンジ
19	火	牛乳	軟飯 みそ汁 鶏肉のさっぱり煮 二色浸し 果物	牛乳 野菜うどん	牛乳 油揚げ みそ 鶏肉	米 砂糖 うどん	なす 青菜 にんじん パナナ
20	水	牛乳	軟飯 かぶのスープ 麻婆豆腐 スティックきゅうり煮 果物	牛乳 メロンパン	牛乳 ベーコン 木綿豆腐 豚ひき肉 みそ	米 砂糖 片栗粉 メロンパン	かぶ かぶ葉 にんじん 長ねぎ きゅうり 清見オレンジ
30	土	牛乳	つくねうどん かぼちゃの煮物 果物	牛乳 きなこ軟飯 スティックにんじん煮	牛乳 鶏ひき肉 きなこ	うどん 片栗粉 砂糖 米	しょうが にんじん 長ねぎ 青菜 かぼちゃ パナナ

*食事ごとにほうじ茶を提供します。この献立は保育園の行事、その他の都合により変更することがあります。