

令和8年9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
		昼食	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 15	火	10倍がゆ 野菜のペースト 果物(バナナ) ミルク	ミルク	ミルク	米	にんじん たまねぎ バナナ
2 16	水	パンがゆ 豆腐と野菜のペースト 果物(煮なし) ミルク	ミルク	ミルク 絹豆腐	食パン	にんじん かぼちゃ なし
3 17	木	10倍がゆ 豆腐と野菜のペースト 果物(オレンジ) ミルク	ミルク	絹豆腐 ミルク	米	青菜 にんじん オレンジ
4 18	金	10倍がゆ 白身魚と野菜のペースト 果物(煮なし) ミルク	ミルク	かれい ミルク	米 片栗粉	青菜 にんじん なし
5 19	土	うどんのくたくた煮 かぼちゃのペースト 果物(バナナ) ミルク	ミルク	ミルク	うどん	にんじん 大根 かぼちゃ バナナ
7 28	月	10倍がゆ 野菜のペースト 果物(煮なし) ミルク	ミルク	ミルク	米	青菜 にんじん なし
8 29	火	10倍がゆ 野菜のミルク煮 果物(オレンジ) ミルク	ミルク	ミルク	米 じゃがいも	にんじん たまねぎ オレンジ
9 30	水	うどんのくたくた煮 キャベツのペースト 果物(煮なし) ミルク	ミルク	ミルク	うどん	にんじん たまねぎ キャベツ なし
10 24	木	パンがゆ 野菜のペースト 果物(バナナ) ミルク	ミルク	ミルク	食パン	ブロッコリー たまねぎ バ ナナ
11 25	金	10倍がゆ 白身魚と野菜のペースト 果物(煮なし) ミルク	ミルク	かれい ミルク	米 じゃがいも 片栗粉	にんじん なし
12 26	土	10倍がゆ 野菜のペースト 果物(バナナ) ミルク	ミルク	ミルク	米	にんじん きゅうり バナナ
14 月		10倍がゆ 豆腐と野菜のペースト 果物(煮なし) ミルク	ミルク	絹豆腐 ミルク	米	はくさい にんじん なし

*食事ごとにほうじ茶を提供します。
梨は水煮を提供します。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9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			あか	黄	みどり
		昼食	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 15	火	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 果物(バナナ) 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	にんじん たまねぎ バナナ キャベツ チンゲン菜
2 16	水	パンがゆ 豆腐と野菜のくず煮 果物(煮なし) ミルク	ミルク 野菜がゆ 鶏肉と野菜のくず煮	ミルク 絹豆腐 鶏肉	食パン 片栗粉 米	にんじん かぼちゃ なし 青菜 たまねぎ
3 17	木	7倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 果物(オレンジ) ミルク	ミルク パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮	絹豆腐 ミルク 鶏肉	米 片栗粉 食パン	青菜 にんじん オレンジ
4 18	金	7倍がゆ 白身魚と野菜のくず煮 果物(煮なし) ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 ツナと野菜のくず煮	かれい ミルク ツナ缶(水煮)	米 片栗粉 うどん	青菜 にんじん なし たまねぎ キャベツ
5 19	土	うどんのくたくた煮 かぼちゃのだし煮 果物(バナナ) ミルク	ミルク 7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮	鶏肉 ミルク 鶏ひき肉	うどん 米 片栗粉	にんじん 大根 かぼちゃ バナナ たまねぎ
7 28	月	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 果物(煮なし) 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 なし 大根
8 29	火	7倍がゆ クリーム煮 果物(オレンジ) ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 ツナと野菜のくず煮	ミルク ツナ缶(水煮)	米 じゃがいも 米粉 うどん 片栗粉	にんじん たまねぎ オレンジ キャベツ
9 30	水	うどんのくたくた煮 キャベツの煮浸し 果物(煮なし) ミルク	ミルク 野菜がゆ 鶏肉と野菜のくず煮	鶏肉 ミルク	うどん 米 片栗粉	にんじん たまねぎ キャベツ なし
10 24	木	パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮 果物(バナナ) ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 鶏肉と野菜のくず煮	ミルク 鶏肉	食パン 片栗粉 うどん	ブロッコリー たまねぎ バナナ にんじん 白菜
11 25	金	7倍がゆ 白身魚と野菜のくず煮 果物(煮なし) ミルク	ミルク 野菜がゆ 鶏肉と野菜のくず煮	かれい ミルク 鶏肉	米 じゃがいも 片栗粉 さつまいも	にんじん なし 青菜
12 26	土	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 果物(バナナ) 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	にんじん きゅうり バナナ たまねぎ キャベツ
14 月		7倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 果物(煮なし) ミルク	ミルク うどんのくたくた煮 鶏肉と野菜のくず煮	絹豆腐 ミルク 鶏肉	米 片栗粉 うどん	はくさい にんじん なし チンゲン菜 きゅうり

*食事ごとにほうじ茶を提供します。
梨は水煮を提供します。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9月 献立表



後期（9～12か月ごろ）

荒川区立西日暮里保育園

日	曜			あか	黄	みどり
		昼食	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
15	火	5倍がゆ すまし汁 豚肉と野菜のくず煮 果物(バナナ) ミルク	ミルク 野菜うどん	豚肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	チンゲン菜 にんじん たまねぎ バナナ キャベツ
16	水	パンがゆ すまし汁 鶏肉と野菜のくず煮 果物(煮なし) ミルク	ミルク 野菜がゆ	ミルク 絹豆腐 鶏肉	食パン 砂糖 片栗粉 米	青菜 にんじん かぼちゃ なし
17	木	5倍がゆ すまし汁 和風麻婆豆腐 果物(オレンジ) ミルク	ミルク パンがゆ にんじんのだし煮	絹豆腐 豚ひき肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 食パン	青菜 にんじん オレンジ
18	金	5倍がゆ みそ汁 白身魚と野菜のくず煮 果物(煮なし) ミルク	ミルク 野菜うどん	みそ きれい ミルク	米 さつまいも 砂糖 片栗粉 うどん	たまねぎ 青菜 にんじん なし キャベツ
19	土	鶏もも肉うどん かぼちゃの煮物 果物(バナナ) ミルク	ミルク わかめがゆ	鶏肉 ミルク	うどん 砂糖 米	にんじん 大根 かぼちゃ バナナ 乾燥わかめ
28	月	5倍がゆ みそ汁 鶏肉と野菜のくず煮 果物(煮なし) 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	大根 青菜 にんじん なし
29	火	5倍がゆ クリーム煮 キャベツの煮浸し 果物(オレンジ) ミルク	ミルク 野菜うどん	豚肉 ミルク	米 じゃがいも 米粉 うどん	にんじん たまねぎ キャベツ オレンジ
30	水	豚もも肉うどん キャベツの煮浸し 果物(煮なし) ミルク	ミルク ひじきがゆ	豚肉 ミルク	うどん 米 油	にんじん たまねぎ キャベツ なし ひじき
24	木	パンがゆ すまし汁 豚ひき肉と野菜のくず煮 果物(バナナ) ミルク	ミルク 野菜うどん	ミルク 豚ひき肉	食パン 砂糖 片栗粉 うどん	はくさい にんじん たまねぎ ブロッコリー バナナ
25	金	5倍がゆ すまし汁 白身魚と野菜のくず煮 果物(煮なし) ミルク	ミルク 野菜がゆ	きれい ミルク	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉 さつまいも	大根 にんじん なし
26	土	5倍がゆ みそ汁 鶏肉と野菜のくず煮 果物(バナナ) 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	キャベツ にんじん きゅうり バナナ たまねぎ
14	月	5倍がゆ みそ汁 豆腐と豚肉のくず煮 果物(煮なし) ミルク	ミルク 野菜うどん	みそ 絹豆腐 豚肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	かぶ かぶ葉 にんじん はくさい なし チンゲン菜

*食事ごとにほうじ茶を提供します。

梨は水煮を提供します。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9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			あか	黄	みどり
		昼食	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	火	軟飯 チキンスープ 豚肉と野菜のくず煮 キャベツの煮浸し 果物(バナナ)	牛乳 野菜うどん	牛乳 鶏肉 豚肉	米 砂糖 片栗粉 うどん	チンゲン菜 えのきたけ にんじん たまねぎ キャベツ バナナ
2	水	ロールパン すまし汁 ローストチキン かぼちゃサラダ 果物(煮なし)	牛乳 チャーハン	牛乳 木綿豆腐 鶏肉 豚ひき肉	ロールパン 油 マヨドレ 米 ごま油	青菜 たまねぎ かぼちゃ にんじん レーズン なし 長ねぎ
3	木	軟飯 すまし汁 和風麻婆豆腐 キャベツの煮浸し 果物(オレンジ)	牛乳 シュガートースト	牛乳 木綿豆腐 豚ひき肉	米 砂糖 片栗粉 食パン バター	えのきたけ 青菜 にんじん キャベツ オレンジ
4	金	軟飯 みそ汁 鮭の塩焼き 二色浸し 果物(煮なし)	牛乳 お好み焼き	牛乳 みそ 生鮭 スキムミルク 卵 豚ひき肉	米 さつまいも 小麦粉 油	たまねぎ 青菜 にんじん なし キャベツ あおのり
5	土	なめこうどん かぼちゃのそぼろ煮 果物(バナナ)	牛乳 わかめ軟飯	牛乳 鶏肉 鶏ひき肉	うどん 砂糖 油 片栗粉 米	大根 にんじん なめこ 長ねぎ かぼちゃ たまねぎ バナナ 乾燥わかめ
7	月	軟飯 みそ汁(大根) 鶏肉の揚げ煮 二色浸し 果物(煮なし)	牛乳 ホットケーキ	牛乳 みそ 鶏肉 豆乳	米 片栗粉 油 小麦粉 砂糖	大根 しょうが 青菜 にんじん なし
8	火	米粉のカレーライス キャベツの煮浸し 果物(オレンジ)	牛乳 野菜うどん	牛乳 豚肉	米 油 じゃがいも 米粉 うどん	にんにく しょうが にんじん たまねぎ トマトピューレー りんご キャベツ オレンジ
9	水	タンメン 鶏の香り焼き 果物(煮なし)	牛乳 ひじき軟飯	牛乳 豚肉 鶏肉 油揚げ	生中華めん 油 ごま油 砂糖 米	キャベツ にんじん たまねぎ もやし 長ねぎ しょうが なし ひじき
10	木	ロールパン 白菜スープ ハンバーグ ブロッコリーの煮浸し 果物(バナナ)	牛乳 野菜うどん	牛乳 ベーコン 豚ひき肉	ロールパン パン粉 油 うどん	はくさい にんじん たまねぎ ブロッコリー バナナ
11	金	ゆかり軟飯 野菜たっぷり汁 煮魚 青菜の煮浸し 果物(煮なし)	牛乳 アップルポテト	牛乳 鶏肉 かじき 生クリーム	米 じゃがいも 砂糖 さつまいも バター	ゆかり 大根 にんじん しいたけ しょうが 青菜 なし りんご
12	土	鶏の照焼丼 みそ汁 スティックきゅうり煮 果物(バナナ)	牛乳 野菜うどん	牛乳 鶏肉 みそ	米 油 砂糖 片栗粉 うどん	たまねぎ 刻みのり キャベツ きゅうり バナナ
14	月	軟飯 みそ汁 豆腐の中華煮 スティックきゅうり煮 果物(煮なし)	牛乳 野菜うどん	牛乳 みそ 豚肉 木綿豆腐	米 ごま油 砂糖 片栗粉 うどん	かぶ かぶ菜 にんにく にんじん はくさい しいたけ チンゲン菜 きゅうり なし

*食事ごとにほうじ茶を提供します。
梨は水煮を提供します。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。