

令和8年10月 献立表



初期(6か月ごろ)

荒川区立汐入こども園

日 曜			あか	黄	みどり
	離乳食【午前】		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 木	うどんと野菜のペースト (キャベツ・人参) 高野豆腐と野菜のペースト (人参・きゅうり) バナナ		高野豆腐 ミルク	うどん 片栗粉	キャベツ にんじん きゅうり バナナ
2 16 金	8倍がゆ ミルク煮 (じゃがいも・人参・玉葱) りんご		ミルク	米 じゃがいも	たまねぎ にんじん りんご
3 17 土	8倍がゆ 麴と野菜のペースト (じゃがいも・人参) バナナ		ミルク	米 ふ じゃがいも 片栗粉	にんじん バナナ
5 19 月	8倍がゆ 高野豆腐と野菜のペースト (小松菜・玉葱) りんご		高野豆腐 ミルク	米 片栗粉	こまつな たまねぎ りんご
6 20 火	8倍がゆ 麴と野菜のペースト (ほうれん草・玉葱) バナナ		ミルク	米 ふ 片栗粉	ほうれんそう たまねぎ バナナ
7 21 水	うどんと野菜のペースト (大根・人参) 高野豆腐のトマト煮 バナナ		高野豆腐 ミルク	うどん 片栗粉	大根 にんじん トマト バナナ
8 22 木	パンがゆ 高野豆腐と野菜のペースト (キャベツ・人参) りんご		ミルク 高野豆腐	食パン 片栗粉	キャベツ にんじん りんご
9 23 金	8倍がゆ 麴と野菜のペースト (きゅうり・人参) バナナ		ミルク	米 片栗粉 ふ	きゅうり にんじん バナナ
10 24 土	8倍がゆ 麴と野菜のペースト (玉葱・小松菜) バナナ		ミルク	米 ふ 片栗粉	たまねぎ こまつな バナナ
13 27 火	8倍がゆ 白身魚と野菜のペースト (玉葱・さつまいも) りんご		かれい ミルク	米 さつまいも 片栗粉	たまねぎ りんご
14 28 水	8倍がゆ 豆腐と野菜のペースト (キャベツ・人参) バナナ		絹豆腐 ミルク	米 片栗粉	キャベツ にんじん バナナ
26 月	8倍がゆ 豆腐と野菜のペースト (かぼちゃ・たまねぎ) バナナ		絹豆腐 ミルク	米 片栗粉	かぼちゃ たまねぎ バナナ
29 木	パンがゆ 麴と野菜のくず煮 (さつまいも・玉葱) バナナ		ミルク	食パン ふ さつまいも 片栗粉	たまねぎ バナナ
30 金	8倍がゆ 白身魚と野菜のペースト (小松菜・大根) りんご		かれい ミルク	米 片栗粉	こまつな 大根 りんご

*この献立はこども園の行事、その他の都合により変更することがあります。

*食事と一緒に麦茶とミルクを提供します。



令和8年10月 献立表



中期（7～8か月ごろ）

荒川区立汐入こども園

日	曜	離乳食【午前】	離乳食【午後】	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える
1 15	木	うどんのくたくた煮 (キャベツ・人参) 高野豆腐と野菜のくず煮 (きゅうり・人参) バナナ	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (人参・キャベツ)	高野豆腐 ミルク 鶏ひき肉	うどん 片栗粉 米 砂糖	キャベツ にんじん きゅうり バナナ たまねぎ
2 16	金	7倍がゆ クリーム煮 (鶏肉・じゃがいも・ 玉葱・人参) りんご	マカロニの野菜煮 (かぶ・人参) ツナと野菜のくず煮 (きゅうり)	鶏肉 ミルク ツナ缶 (水煮)	米 じゃがいも 片栗粉 マ カロニ	たまねぎ にんじん りんご かぶ きゅうり
3 17 31	土	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (人参・じゃがいも) バナナ	鶏入りうどんのくたくた煮 (ほうれん草・人参) じゃがいものだし煮	鶏ひき肉 ミルク	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉 うどん	にんじん バナナ ほうれんそう
5 19	月	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 (玉ねぎ・小松菜) りんご	マカロニの野菜煮 (小松菜・人参) 高野豆腐と野菜のくず煮 (玉葱)	鶏肉 ミルク 高野豆腐	米 片栗粉 マカロニ 砂糖	たまねぎ こまつな りんご にんじん
6 20	火	7倍がゆ ツナと野菜のくず煮 (玉葱・ほうれん草) バナナ	パンがゆ 高野豆腐と野菜のくず煮 (玉葱・人参)	ツナ缶 (水煮) ミルク 高野豆腐	米 片栗粉 食パン 砂糖	ほうれんそう たまねぎ バナナ にんじん
7 21	水	みそうどんのくたくた煮 (人参・大根) 高野豆腐のトマト煮 バナナ	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (人参・大根)	みそ 高野豆腐 ミルク 鶏ひき肉	うどん 砂糖 片栗粉 米	にんじん 大根 トマト バナナ
8 22	木	パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮 (人参・キャベツ) りんご	おかかがゆ (人参) 鶏肉と野菜のみそ煮 (人参・玉ねぎ)	ミルク 鶏肉 削り節 みそ	食パン 片栗粉 米	にんじん キャベツ りんご たまねぎ
9 23	金	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 (人参・きゅうり) バナナ	マカロニの野菜煮 (人参) 高野豆腐と野菜のくず煮 (ほうれん草)	鶏肉 ミルク 高野豆腐	米 片栗粉 マカロニ 砂糖	にんじん きゅうり バナナ ほうれんそう
10 24	土	7倍がゆ ツナと野菜のくず煮 (玉葱・小松菜) バナナ	7倍がゆ 高野豆腐と野菜のくず煮 (玉葱・人参)	ツナ缶 (水煮) ミルク 高野豆腐	米 片栗粉 砂糖	こまつな たまねぎ バナナ にんじん
13 27	火	7倍がゆ 白身魚と野菜のくず煮 (玉葱・さつまいも) りんご	7倍がゆ 高野豆腐と野菜のくず煮 (さつまいも・人参)	かれい ミルク 高野豆腐	米 さつまいも 片栗粉 砂糖	たまねぎ りんご にんじん
14 28	水	7倍がゆ 豆腐と野菜のみそ煮 (人参・キャベツ) バナナ	マカロニの野菜煮 (大根・人参) 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (キャベツ)	絹豆腐 みそ ミルク 鶏ひき肉	米 片栗粉 マカロニ 砂糖	キャベツ にんじん バナナ 大根
26 月		7倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 (かぼちゃ・玉葱) バナナ	うどんのくたくた煮 (人参・玉葱) 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (きゅうり)	絹豆腐 ミルク 鶏肉	米 片栗粉 うどん	たまねぎ かぼちゃ バナナ にんじん きゅうり
29 木		パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮 (さつまいも・玉葱) バナナ	7倍がゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 (ブロッコリー・人参)	ミルク 鶏肉 みそ	食パン さつまいも 片栗粉 米	たまねぎ バナナ ブロッコリー にんじん
30 金		7倍がゆ 白身魚と野菜のくず煮 (小松菜・大根) りんご	7倍がゆ 高野豆腐と野菜のくず煮 (人参・かぼちゃ)	かれい ミルク 高野豆腐	米 片栗粉 砂糖	こまつな 大根 りんご に んじん かぼちゃ

*この献立はこども園の行事、その他の都合により変更することがあります。
*食事と一緒に麦茶とミルクを提供します。



令和8年10月 献立表



後期（9～11か月ごろ）

荒川区立汐入こども園

日	曜			あか	黄	みどり
		離乳食	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	木	豚肉うどん（キャベツ・人参） 高野豆腐と野菜のくず煮 きゅうりのだし煮 バナナ	ミルク 野菜がゆ （キャベツ・人参）	豚肉 高野豆腐 ミルク	うどん 砂糖 片栗粉 米	キャベツ にんじん きゅうり バナナ
2 16	金	5倍がゆ クリーム煮 すまし汁（かぶ・かぶの葉） 二 色煮（人参・きゅうり） りんご	ミルク マカロニの野菜煮 （かぶ・人参）	豚肉 ミルク	米 じゃがいも 片栗粉 マカロニ	たまねぎ にんじん かぶ かぶ葉 きゅうり りんご
3 17 31	土	5倍がゆ みそ汁（じゃがいも・長ねぎ） 鶏ひき肉と野菜のくず煮 二色浸し（人参・ほうれん草） バナナ	ミルク 野菜うどん （人参・ほうれん草）	みそ 鶏ひき肉 ミルク	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉 うどん	長ねぎ にんじん ほうれんそう バナナ
5 19	月	5倍がゆ みそ汁（玉葱・なす） 鶏肉と野菜のくず煮 人参のだし煮 りんご	ミルク マカロニの野菜煮 （小松菜・人参）	みそ 鶏肉 ミルク	米 片栗粉 マカロニ	たまねぎ なす こまつな にんじん りんご
6 20	火	5倍がゆ みそ汁（ほうれん草） 鮭と野菜のくず煮 人参のだし煮 バナナ	ミルク にんじん入りパンがゆ	みそ 生鮭 ミルク	米 砂糖 片栗粉 食パン	ほうれんそう にんじん たまねぎ バナナ
7 21	水	みそ豚肉うどん（人参・大根） 麩と野菜のくず煮 トマト バナナ	ミルク 野菜がゆ （大根・トマト）	豚肉 みそ ミルク	うどん ふ 砂糖 片栗粉 米	にんじん 大根 トマト バ ナナ
8 22	木	パンがゆ すまし汁（玉葱） 豚ひき肉と野菜のくず煮 人参のだし煮 りんご	ミルク おかかがゆ（人参）	ミルク 豚ひき肉 削り節	食パン 砂糖 片栗粉 米	たまねぎ キャベツ にんじん りんご
9 23	金	5倍がゆ すまし汁（麩・ほうれん草） 鶏 肉と野菜のくず煮 きゅうりのだし煮 バナナ	ミルク マカロニの野菜煮 （人参・ほうれん草）	鶏肉 ミルク	米 ふ 砂糖 片栗粉 マカロニ	ほうれんそう にんじん きゅうり バナナ
10 24	土	5倍がゆ みそ汁（人参） 豚肉と野菜のくず煮 こまつなの煮浸し バナナ	ミルク 野菜がゆ （小松菜・人参）	みそ 豚肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉	にんじん たまねぎ こまつな バナナ
13 27	火	5倍がゆ みそ汁（玉葱） 白身魚と野菜のくず煮 切干大根の煮物（人参） りんご	ミルク さつまいものミルク煮	みそ かわいい ミルク	米 さつまいも 砂糖 片栗粉	たまねぎ 切干大根 にんじん りんご
14 28	水	5倍がゆ みそ汁（豆腐・大根） 鶏ひき肉と野菜のくず煮 キャベツの煮浸し バナナ	ミルク マカロニの野菜煮 （大根・人参）	絹豆腐 みそ 鶏ひき肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 マカロニ	大根 にんじん キャベツ バナナ
26	月	5倍がゆ みそ汁（かぼちゃ・玉葱） 和風麻婆豆腐 きゅうりのだし煮 バナナ	ミルク 野菜うどん （人参・玉葱）	みそ 絹豆腐 豚ひき肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	かぼちゃ たまねぎ にんじん わけぎ きゅうり バナナ
29	木	パンがゆ すまし汁（玉葱） 鶏肉と野菜のくず煮 二色浸し（人参・ブロッコリー） バナナ	ミルク みそ野菜がゆ （ブロッコリー・人参）	ミルク 鶏肉 みそ	食パン さつまいも 砂糖 片栗粉 米	たまねぎ にんじん ブロッコリー バナナ
30	金	5倍がゆ すまし汁（大根・長ねぎ） 白身魚と野菜のくず煮 こまつなの煮浸し りんご	ミルク かぼちゃのミルク煮	白身魚 ミルク	米 砂糖 片栗粉	大根 長ねぎ にんじん こ まつな りんご かぼちゃ

*この献立はこども園の行事、その他の都合により変更することがあります。
*食事と一緒に麦茶とミルクを提供します。



令和8年10月 献立表



完了期（12～18か月ごろ）

荒川区立汐入こども園

日	曜	献立名			あか	黄	みどり
		朝おやつ	離乳食	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	木	牛乳	しょうゆラーメン 高野豆腐の揚げ煮 スティックきゅうり煮 バナナ	牛乳 人参軟飯	牛乳 豚肉 高野豆腐	ちゅうかめん 砂糖 片栗粉 油 米	しょうが にんにく キャベツ にんじん 長ねぎ ホールコーン 塩蔵わかめ こねぎ きゅうり バナナ
2 16	金	牛乳	カレーライス かぶのスープ 三色浸し（もやし・人参・きゅうり） 煮りんご	牛乳 みかんかん 菓子	牛乳 豚肉 スキムミルク	米 油 じゃがいも バター 小麦粉 砂糖 菓子	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマトビュウ レー りんご かぶ かぶ葉 もやし きゅうり オレンジ ジュース かんてん みかん 缶
3 17 31	土	牛乳	鶏そぼろ軟飯 みそ汁（じゃがいも・長ねぎ） 三色浸し（ほうれん草・人参・もやし） バナナ	牛乳 菓子	鶏ひき肉 みそ 牛乳	米 砂糖 じゃがいも 菓子	しょうが 長ねぎ ほうれんそう もやし にんじん バナナ
5 19	月	牛乳	軟飯 みそ汁（玉葱・なす） 鶏のから揚げ 三色浸し（小松菜・人参・もやし） 煮りんご	牛乳 ヨーグルトケーキ （卵）	牛乳 みそ 鶏肉 卵 プレーンヨーグルト	米 片栗粉 油 砂糖 小麦粉 バター	たまねぎ なす しょうが こまつな にんじん もやし りんご
6 20	火	牛乳	軟飯 みそ汁（ほうれん草・玉葱） 鮭のもみじ焼き スティックにんじん煮 バナナ	牛乳 キャラメルラスク	みそ 生鮭 牛乳	米 マヨネーズ 食パン 砂糖 バター	たまねぎ ほうれんそう にんじん ホールコーン パセリ バナナ
7 21	水	牛乳	とん汁うどん チーズ入り卵焼き トマト バナナ	牛乳 ゆかり軟飯	豚肉 みそ 卵 チーズ 牛乳	うどん さといも 砂糖 油 米	大根 にんじん しいたけ 長ねぎ トマト バナナ ゆかり
8 22	木	牛乳	ロールパン オニオンスープ（ベーコン） きのこメンチ 二色煮（キャベツ・人参） りんご	牛乳 おかか軟飯おにぎり	牛乳 ベーコン 豚ひき肉 削り節	ロールパン 砂糖 パン粉 小麦粉 油 米	たまねぎ しめじ しいたけ キャベツ にんじん りんご
9 23	金	牛乳	カオマンガイ すまし汁（麩・ほうれん草） 二色スティック煮 （きゅうり・人参） バナナ	牛乳 マカロニの野菜煮 （人参・ほうれん草）	牛乳 鶏肉	米 砂糖 ふ マカロニ	しょうが にんにく 長ねぎ レモン ほうれんそう きゅうり にんじん バナナ
10 24	土	牛乳	焼肉丼 みそ汁（油揚げ・もやし） 二色浸し（小松菜・人参） バナナ	牛乳 りんごゼリー 菓子	牛乳 ぶたにく 油揚げ みそ	米 油 砂糖 オレンジゼリー 菓子	しょうが たまねぎ もやし こまつな にんじん バナナ
13 27	火	牛乳	さつまいも軟飯 みそ汁（えのき・玉葱） 魚の香り焼き 切干大根の煮物 煮りんご	牛乳 きなこドーナッツ	みそ かじき 油揚げ 牛乳 スキムミルク きなこ 卵	米 さつまいも 砂糖 油 小麦粉 バター	たまねぎ えのきたけ しょうが 長ねぎ 切干大根 にんじん グリンピース りんご
14 28	水	牛乳	軟飯 みそ汁（大根・豆腐・こねぎ） 肉だんごの照り煮 キャベツの煮浸し バナナ	牛乳 ミルククッキー	絹豆腐 みそ 鶏ひき肉 牛乳 スキムミルク	米 片栗粉 砂糖 バター 小麦粉	大根 こねぎ 長ねぎ キャベツ バナナ
26	月	牛乳	ゆかり軟飯 みそ汁（かぼちゃ・玉葱） 和風麻婆豆腐 スティックきゅうり煮 バナナ	牛乳 野菜うどん （人参・玉葱）	みそ 木綿豆腐 豚ひき肉 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 うどん	ゆかり かぼちゃ たまねぎ しょうが しいたけ にんじん わけぎ きゅうり バナナ
29	木	牛乳	スティックパン もやしのスープ シュクメルリ（チーズ） 二色浸し（人参・ブロッコリー） バナナ	牛乳 みそ野菜軟飯 （ブロッコリー・人参）	牛乳 ベーコン 鶏肉 チーズ みそ	食パン 小麦粉 油 さつまいも 米	もやし こねぎ たまねぎ にんにく にんじん ブロッコリー バナナ
30	金	牛乳	白身魚のかば焼き丼 沢煮わん 二色浸し（小松菜・もやし） りんご	牛乳 豆乳かぼちゃかん	白身魚 ぶたにく 牛乳 豆乳	米 片栗粉 油 砂糖	しょうが あおのり 大根 にんじん 長ねぎ えのきたけ こまつな もやし りんご かぼちゃ かんてん

*この献立はこども園の行事、その他の都合により変更することがあります。
*食事と一緒に麦茶を提供します。

