令和８年１１月　献　立　表

初期（６か月ごろ）　　荒川区立汐入こども園

日	曜	離乳食【午前】	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
2 16	月	うどんと野菜のペースト （人参・白菜） 高野豆腐と野菜のペースト （きゅうり・玉葱） バナナ	ミルク	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
17	火	８倍がゆ 麩と野菜のペースト （大根・人参） りんご	ミルク	ミルク	米　じゃがいも	たまねぎ　にんじん りんご
4 18	水	パンがゆ 白身魚と野菜のくず煮 みかん	ミルク	ミルク	米　ふ　じゃがいも 片栗粉	にんじん　バナナ
5 19	木	８倍がゆ 麩と野菜のペースト （トマト・玉葱） バナナ	ミルク	高野豆腐　ミルク	米　片栗粉	こまつな　たまねぎ りんご
6 20	金	８倍がゆ 高野豆腐と野菜のペースト （人参・大根） りんご	ミルク	ミルク	米　ふ　片栗粉	ほうれんそう たまねぎ　バナナ
7 21	土	８倍がゆ 麩と野菜のペースト （じゃがいも・人参） バナナ	ミルク	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
9 30	月	パンがゆ 高野豆腐と野菜のペースト （ブロッコリー・玉葱） みかん	ミルク	ミルク　高野豆腐	食パン　片栗粉	キャベツ　にんじん りんご
10 24	火	８倍がゆ ミルク煮 （じゃがいも・人参・玉葱） バナナ	ミルク	ミルク	米　ふ　片栗粉	たまねぎ　こまつな バナナ
11 25	水	８倍がゆ 豆腐と野菜のペースト （小松菜・玉葱） りんご	ミルク	ミルク	米　片栗粉　ふ	きゅうり　にんじん バナナ
12 26	木	うどんと野菜のペースト （人参・かぶ） 麩と野菜のペースト （ブロッコリー・玉葱） みかん	ミルク	かれい　ミルク	米　さつまいも 片栗粉	たまねぎ　りんご
13 27	金	８倍がゆ 高野豆腐と野菜のペースト （人参・大根） りんご	ミルク	絹豆腐　ミルク	米　片栗粉	キャベツ　にんじん バナナ
14 28	土	８倍がゆ 麩と野菜のくず煮 （さつまいも・玉葱） バナナ	ミルク	絹豆腐　ミルク	米　片栗粉	かぼちゃ　たまねぎ バナナ

*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１１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
2 16	月	うどんのくたくた煮 （人参・白菜） 高野豆腐と野菜のくず煮 （きゅうり・玉葱） バナナ	７倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 （チンゲン菜・人参）	高野豆腐 ミルク 鶏ひき肉	うどん 片栗粉 米 砂糖	にんじん はくさい きゅうり たまねぎ バナナ チンゲン菜
17	火	７倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 （人参・大根） りんご	マカロニの野菜煮（人参） 鶏ひき肉と野菜のくず煮 （小松菜・大根）	鶏ひき肉 みそ ミルク	米 片栗粉 マカロニ 砂糖	にんじん 大根 りんご こまつな
4 18	水	パンがゆ 白身魚と野菜のくず煮 （キャベツ・人参） みかん	７倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 （玉葱・人参））	ミルク かれい 鶏肉	食パン 片栗粉 米	キャベツ にんじん みかん たまねぎ
5 19	木	７倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトマト煮 （玉葱） バナナ	うどんのくたくた煮 （きゅうり・玉葱） ツナと野菜のくず煮 （じゃがいも・人参）	鶏ひき肉 ミルク ツナ缶（水煮）	米 砂糖 片栗粉 うどん じゃがいも	トマト たまねぎ バナナ きゅうり
6 20	金	７倍がゆ 高野豆腐と野菜のみそ煮 （大根・人参） りんご	パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮 （玉葱・ほうれん草）	高野豆腐 みそ ミルク 鶏肉	米 片栗粉 食パン	にんじん 大根 りんご ほうれんそう たまねぎ
7 21	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	７倍がゆ 高野豆腐と野菜のくず煮 （ほうれん草・玉葱）	鶏ひき肉 ミルク 高野豆腐	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉	にんじん バナナ ほうれんそう たまねぎ
9 30	月	パンがゆ クリーム煮 （鶏肉・ブロッコリー・玉葱） みかん	７倍がゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 （人参・キャベツ）	ミルク 鶏肉 みそ	食パン 片栗粉 米	ブロッコリー たまねぎ みかん キャベツ にんじん
10 24	火	７倍がゆ クリーム煮 （鶏ひき肉・じゃがいも ・人参・玉葱） バナナ	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・玉葱）	鶏ひき肉 ミルク 高野豆腐	米 じゃがいも 片栗粉 うどん	たまねぎ にんじん バナナ キャベツ きゅうり
11 25	水	７倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 （小松菜・玉葱） りんご	マカロニの野菜煮 （小松菜） ツナと野菜のくず煮 （玉葱・人参）	絹豆腐 ミルク ツナ缶（水煮）	米 片栗粉 マカロニ	こまつな たまねぎ りんご にんじん
12 26	木	鶏入りうどんのくたくた煮 （人参・かぶ） ブロッコリーの煮浸し みかん	７倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 （さつまいも・玉葱）	鶏ひき肉 ミルク	うどん 片栗粉 米 さつまいも 砂糖	にんじん かぶ ブロッコリー みかん たまねぎ
13 27	金	７倍がゆ ツナと野菜のくず煮 （大根・人参） りんご	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・玉葱）	ツナ缶（水煮） ミルク 高野豆腐	米 片栗粉 マカロニ 砂糖	にんじん 大根 りんご ほうれんそう たまねぎ
14 28	土	７倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 （さつまいも・玉葱） バナナ	７倍がゆ 高野豆腐と野菜のみそ煮 （玉葱・人参）	鶏肉 ミルク 高野豆腐 みそ	米 さつまいも 片栗粉	たまねぎ バナナ にんじん

*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。
*食事と一緒に麦茶とミルクを提供します。

令和８年１１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
2 16	月	豚肉うどん（白菜・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 （チンゲン菜・人参）	豚肉 高野豆腐 ミルク	うどん 砂糖 片栗粉 米	にんじん はくさい たまねぎ チンゲン菜 きゅうり バナナ
17	火	５倍がゆ すまし汁（人参・長ねぎ） 鶏ひき肉と野菜のくず煮 こまつなの煮浸し りんご	ミルク マカロニのミルク煮 （きなこ）	鶏ひき肉 ミルク きなこ	米 砂糖 片栗粉 マカロニ	にんじん 長ねぎ 大根 こまつな りんご
4 18	水	パンがゆ すまし汁（玉葱） 白身魚と野菜のくず煮 二色浸し（キャベツ・人参） みかん	ミルク 豚そぼろがゆ （人参）	ミルク かれい 鶏ひき肉	ロールパン 砂糖 片栗粉 米	たまねぎ にんじん キャベツ みかん
5 19	木	５倍がゆ すまし汁（トマト・玉葱） 鶏ひき肉と野菜のくず煮 二色煮（人参・きゅうり） バナナ	ミルク じゃがいものお焼き （玉葱・人参）	鶏ひき肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 じゃがいも 油	たまねぎ トマト にんじん きゅうり バナナ
6 20	金	５倍がゆ みそ汁（大根・玉葱） 鶏肉のくず煮 二色浸し（人参・ほうれん草） りんご	ミルク りんごパンがゆ	みそ 鶏肉 ミルク	米 片栗粉 砂糖 食パン	大根 たまねぎ ほうれんそう にんじん りんご
7 21	土	５倍がゆ みそ汁（玉葱） 肉じゃが 二色浸し（人参・ほうれん草） バナナ	ミルク 野菜がゆ （玉葱・ほうれん草）	みそ 豚肉 ミルク	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉	たまねぎ にんじん ほうれんそう バナナ
9 30	月	パンがゆ すまし汁（キャベツ・玉葱） クリーム煮 二色浸し （ブロッコリー・人参） みかん	ミルク わかめがゆ	ミルク 鶏肉	食パン マカロニ 片栗粉 米	キャベツ たまねぎ にんじん ブロッコリー みかん 乾燥わかめ
10 24	火	５倍がゆ クリーム煮 すまし汁（人参） 二色浸し （キャベツ・きゅうり） バナナ	ミルク 野菜うどん （キャベツ・人参）	豚肉 ミルク	米 じゃがいも 片栗粉 うどん	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり バナナ
11 25	水	５倍がゆ みそ汁（わかめ・玉葱） 豆腐と豚肉のくず煮 二色浸し（小松菜・人参） りんご	ミルク マカロニの野菜煮 （小松菜・玉葱）	みそ 絹豆腐 豚肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 マカロニ	塩蔵わかめ たまねぎ にんじん こまつな りんご
12 26	木	うどんのミートソースかけ すまし汁（かぶ・かぶの葉） 二色浸し （ブロッコリー・人参） みかん	ミルク さつまいものミルク煮	豚ひき肉 ミルク	うどん 油 砂糖 片栗粉 さつまいも	たまねぎ にんじん トマトピューレー かぶ かぶ葉 ブロッコリー みかん
13 27	金	５倍がゆ みそ汁（ほうれん草） ツナと野菜のくず煮 二色煮（大根・人参） りんご	ミルク マカロニの野菜煮 （玉葱・人参）	みそ ツナ缶（水煮） ミルク	米 砂糖 片栗粉 マカロニ	ほうれんそう たまねぎ にんじん 大根 りんご
14 28	土	５倍がゆ すまし汁（わかめ・玉葱） 鶏肉と野菜のみそ煮 さつまいもの煮物 バナナ	ミルク 野菜がゆ （玉葱・人参）	鶏肉 ミルク　みそ	米 砂糖 片栗粉 さつまいも	塩蔵わかめ たまねぎ にんじん バナナ

*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１１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
2 16	月	牛乳	サンマーめん 高野豆腐の揚げ煮 スティックきゅうり煮 バナナ	牛乳 ゆかり軟飯	牛乳 豚肉 高野豆腐	ちゅうかめん 油 片栗粉 砂糖 米	しょうが にんにく はくさい もやし にんじん たまねぎ チンゲン菜 こねぎ きゅうり バナナ ゆかり
17	火	牛乳	軟飯 沢煮わん れんこん入りみそ松風焼き 二色浸し（小松菜・もやし） 煮りんご	牛乳 きなこちんすこう	牛乳 ぶたにく 鶏ひき肉 卵 みそ きなこ	米 パン粉 砂糖 小麦粉 油	大根 にんじん 長ねぎ しいたけ れんこん こまつな もやし りんご
4 18	水	牛乳	ロールパン コーンスープ 白身魚のフライ 二色浸し（キャベツ・人参） みかん缶	牛乳 豚そぼろ軟飯	牛乳 かれい 豚ひき肉	ロールパン 小麦粉 パン 粉 油 米 砂糖	ホールコーン たまねぎ キャベツ にんじん みかん缶 しょうが
5 19	木	牛乳	ガパオライス トマトと卵のスープ 二色煮（きゅうり・人参） バナナ	牛乳 フライドポテト	牛乳 鶏ひき肉 みそ 卵	米 マヨネーズ 砂糖 片栗 粉 じゃがいも 油	にんにく たまねぎ 赤ピーマン ホールコーン パセリ トマト きゅうり にんじん バナナ
6 20	金	牛乳	軟飯 みそ汁（大根・玉葱・なめこ） ローストチキン 二色浸し（人参・ほうれん草） 煮りんご	牛乳 メロンパントースト	牛乳 みそ 鶏肉	米 砂糖 食パン バター 小麦粉 グラニュー糖	大根 たまねぎ なめこ ほうれんそう にんじん りんご
7 21	土	牛乳	軟飯 みそ汁(長ねぎ・油揚げ) 肉じゃが 三色浸し （ほうれん草・人参・もやし） バナナ	牛乳 りんごゼリー 菓子	牛乳 油揚げ みそ 豚肉	米 油 じゃがいも 砂糖 オレンジゼリー 菓子	長ねぎ たまねぎ にんじん しいたけ ほうれんそう もやし バナナ
9 30	月	牛乳	ロールパン 野菜スープ マカロニグラタン 二色浸し （ブロッコリー・人参） みかん	牛乳 わかめ軟飯	牛乳 鶏肉 チーズ	ロールパン マカロニ 油 小麦粉 バター 米	キャベツ たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ブロッコリー みかん わかめ
10 24	火	牛乳	カレーライス きのこスープ （えのき・しめじ・こねぎ） 二色浸し （キャベツ・きゅうり） バナナ	牛乳 ぶどうかん 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 トマトピューレー りんご えのきたけ しめじ こねぎ キャベツ きゅうり バナナ かんてん
11 25	水	牛乳	軟飯 みそ汁（わかめ・玉葱） 麻婆豆腐 二色浸し（小松菜・人参） 煮りんご	牛乳 バナナ入り 豆乳蒸しパン	牛乳 みそ 木綿豆腐 豚ひ き肉 豆乳	米 油 砂糖 片栗粉 小麦 粉	塩蔵わかめ たまねぎ にんじん 長ねぎ にら しょうが にんにく こまつな りんご バナナ
12 26	木	牛乳	スパゲティミートソース かぶのスープ 二色浸し （ブロッコリー・人参） みかん	牛乳 おさつパイ	牛乳 豚ひき肉 粉チーズ スキムミルク	ｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ 油 小麦粉 バ ター 砂糖 さつまいも ぎょうざの皮	にんにく たまねぎ にんじん トマトピューレー かぶ かぶ葉 ブロッコリー みかん
13 27	金	牛乳	軟飯 みそ汁（ほうれん草・玉葱） 魚の照焼き 二色浸し（人参・大根） 煮りんご	牛乳 チーズケーキ （卵）	牛乳 みそ かじき クリー ムチーズ 生クリーム 卵	米 砂糖 小麦粉	たまねぎ ほうれんそう しょうが にんじん 大根 りんご レモン
14 28	土	牛乳	軟飯 すまし汁（えのき・わかめ） みそ焼肉 さつまいもの煮物 バナナ	牛乳 菓子	牛乳 みそ ぶたにく	米 ごま油 さつまいも 砂 糖 菓子	えのきたけ 塩蔵わかめ にんじん たまねぎ にんにく しょうが バナナ

*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。

