

令和8年9月 献立表



初期（6か月ごろ）

荒川区立第二東日暮里保育園

日	曜	献立名		あか	さいろ	みどり
		離乳食【午前】	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 15	火	10倍がゆ 野菜のペースト 果物 茶 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 茶 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 野菜のミルク煮 果物 茶 ミルク	ミルク	ミルク	米 ジャがいも	にんじん たまねぎ オレンジ
4 18	金	10倍がゆ 白身魚と野菜のペースト 果物 茶 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 茶 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 茶 ミルク	ミルク	ミルク	米	青菜 にんじん なし
8 29	火	パンがゆ 野菜のペースト 果物 茶 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
9 30	水	うどんのくたくた煮 キャベツのペースト 果物 茶 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	10倍がゆ 豆腐と野菜のペースト 果物 茶 ミルク	ミルク	絹豆腐 ミルク	米	青菜 にんじん オレンジ
11 25	金	10倍がゆ 白身魚と野菜のペースト 果物 茶 ミルク	ミルク	かれい ミルク	米 ジャがいも 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 茶 ミルク	ミルク	ミルク	米	にんじん きゅうり バナナ
14 月	月	10倍がゆ 豆腐と野菜のペースト 果物 茶 ミルク	ミルク	絹豆腐 ミルク	米	はくさい にんじん なし

*この献立は保育園の行事その他の予定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）

荒川区立第二東日暮里保育園

日 曜	献立名		あか	さいろ	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 （人参・玉ねぎ） 果物 茶 ミルク	うどんのくたくた煮 （人参・キャベツ） 鶏肉と野菜のくず煮 （チンゲン菜） ミルク	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 （かぼちゃ・人参） 果物 茶 ミルク	野菜がゆ（人参・青菜） 鶏肉と野菜のくず煮（玉ねぎ） ミルク	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 クリーム煮 （じゃが芋・人参・玉ねぎ） 果物 茶 ミルク	野菜がゆ （じゃが芋・キャベツ） ツナと野菜のくず煮（人参） ミルク	ミルク ツナ缶（水煮）	米 じゃがいも 米粉 片栗粉	にんじん たまねぎ オレンジ キャベツ
4 18 金	7倍がゆ 白身魚と野菜のくず煮 （人参・青菜） 果物 茶 ミルク	うどんのくたくた煮 （キャベツ・玉ねぎ） ツナと野菜のくず煮（人参） ミルク	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 （鶏肉・人参・大根） かぼちゃのだし煮 果物 茶 ミルク	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 （人参・玉ねぎ） ミルク	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 （人参・青菜） 果物 茶 ミルク	うどんのくたくた煮 （青菜・大根） 鶏肉と野菜のくず煮（人参） ミルク	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	パンがゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 （ブロッコリー・玉ねぎ） 果物 茶 ミルク	野菜がゆ（さつまいも・玉ねぎ） 鶏ひき肉と野菜のくず煮 （白菜） ミルク	ミルク 鶏ひき肉	食パン 片栗粉 米 さつまいも	ブロッコリー たまねぎ バナナ はくさい
9 30 水	うどんのくたくた煮 （鶏肉・人参・玉ねぎ） キャベツの煮浸し 果物 茶 ミルク	野菜がゆ（人参） 鶏肉と野菜のくず煮（玉ねぎ） ミルク	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	7倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 （人参・青菜） 果物 茶 ミルク	うどんのくたくた煮 （人参・キャベツ） 鶏肉と野菜のくず煮（青菜） ミルク	絹豆腐 ミルク 鶏肉	米 片栗粉 うどん	青菜 にんじん オレンジ キャベツ
11 25 金	7倍がゆ 白身魚と野菜のくず煮 （じゃが芋・人参） 果物 茶 ミルク	パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮 （人参・青菜） ミルク	かれい ミルク 鶏肉	米 じゃがいも 片栗粉 食 パン	にんじん なし 青菜
12 26 土	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 （人参・きゅうり） 果物 茶 ミルク	うどんのくたくた煮 （キャベツ・玉ねぎ） 鶏肉と野菜のくず煮（人参） ミルク	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 （人参・白菜） 果物 茶 ミルク	うどんのくたくた煮 （人参・チンゲン菜） 鶏肉と野菜のくず煮 （きゅうり） ミルク	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

*この献立は保育園の行事その他の予定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）

荒川区立第二東日暮里保育園

日 曜	献立名		あか	きいろ	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 火	5倍がゆ すまし汁（チンゲン菜） 豚肉と野菜のくず煮 （人参・玉ねぎ） 果物 茶 ミルク	野菜うどん （人参・キャベツ） ミルク	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
2 16 水	パンがゆ すまし汁（豆腐・青菜） 鶏肉と野菜のくず煮 （かぼちゃ・人参） 果物 茶 ミルク	野菜がゆ （人参・青菜） ミルク	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
3 17 木	5倍がゆ クリーム煮（豚肉・じゃが芋・ 人参・玉ねぎ） キャベツの煮浸し 果物 茶 ミルク	野菜がゆ （じゃが芋・キャベツ） ミルク	豚肉 ミルク	米 じゃがいも 米粉	にんじん たまねぎ キャベツ オレンジ
4 18 金	5倍がゆ みそ汁（さつまいも・玉ねぎ） 白 身魚と野菜のくず煮 （人参・青菜） 果物 茶 ミルク	野菜うどん （キャベツ・玉ねぎ） ミルク	みそ かれい 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
5 19 土	鶏もも肉うどん（人参・大根） かぼちゃの煮物 果物 茶 ミルク	わかめがゆ（人参） ミルク	鶏肉 ミルク	うどん 砂糖 米	にんじん 大根 かぼちゃ バナナ わかめご飯の素
7 28 月	5倍がゆ みそ汁（大根） 鶏肉と野菜のくず煮 （人参・青菜） 果物 茶 ミルク	野菜うどん （青菜・大根） ミルク	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
8 29 火	パンがゆ すまし汁（人参・白菜） 豚ひき肉と野菜のくず煮 （ブロッコリー・玉ねぎ） 果物 茶 ミルク	野菜がゆ （さつまいも・玉ねぎ） ミルク	ミルク 豚ひき肉	食パン 砂糖 片栗粉 米 さつまいも	はくさい にんじん たまねぎ ブロッコリー バナナ
9 30 水	豚もも肉うどん （人参・玉ねぎ） キャベツの煮浸し 果物 茶 ミルク	ひじきがゆ（人参） ミルク	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
10 24 木	5倍がゆ すまし汁（青菜） 和風麻婆豆腐 （豚ひき肉・人参） 果物 茶 ミルク	野菜うどん （人参・キャベツ） ミルク	絹豆腐 豚ひき肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	青菜 にんじん オレンジ キャベツ
11 25 金	5倍がゆ すまし汁（大根） 白身魚と野菜のくず煮 （じゃが芋・人参） 果物 茶 ミルク	パンがゆ にんじんのだし煮 ミルク	かれい ミルク	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉 食パン	大根 にんじん なし
12 26 土	5倍がゆ みそ汁（キャベツ） 鶏肉と野菜のくず煮 （人参・きゅうり） 果物 茶 ミルク	野菜うどん （キャベツ・玉ねぎ） ミルク	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（かぶ・かぶ葉） 豆腐と豚肉のくず煮 （人参・白菜） 果物 茶 ミルク	野菜うどん （人参・チンゲン菜） ミルク	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
*この献立は保育園の行事その他の予定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）

荒川区立第二東日暮里保育園

日	曜	献立名			あか	さいろ	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	火	牛乳	軟飯 チキンスープ (チンゲン菜・えのき) 豚肉と野菜のくず煮 キャベツの煮浸し 果物 茶	牛乳 野菜うどん (人参・キャベツ)	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 16	水	牛乳	ロールパン すまし汁(豆腐・青菜) ローストチキン かぼちゃサラダ 果物 茶	牛乳 チャーハン (豚ひき肉・人参 長ねぎ)	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 17	木	牛乳	米粉のカレーライス キャベツの煮浸し 果物 茶	牛乳 野菜軟飯 (じゃが芋・キャベツ)	牛乳 豚肉	米 油 じゃがいも 米粉	にんにく しょうが にんじん たまねぎ トマトピューレ りんご キャベツ オレンジ
4 18	金	牛乳	軟飯 みそ汁(さつま芋・玉ねぎ) 鮭の塩焼き 二色浸し 果物 茶	牛乳 お好み焼き (豚ひき肉・卵 キャベツ・玉ねぎ)	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 19	土	牛乳	なめこうどん かぼちゃのそぼろ煮 果物 茶	牛乳 わかめ軟飯(人参)	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 わかめご飯の素
7 28	月	牛乳	軟飯 みそ汁(大根) 鶏肉の揚げ煮 二色浸し 果物 茶	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 29	火	牛乳	ロールパン 白菜スープ(ベーコン・人参) ハンバーグ ブロッコリーの煮浸し 果物 茶	牛乳 アップルポテト	牛乳 ベーコン 豚ひき肉 生クリーム	ロールパン パン粉 油 さつまいも バター 砂糖	はくさい にんじん たまねぎ ブロッコリー バナナ りんご
9 30	水	牛乳	タンメン 鶏の香り焼き 果物 茶	牛乳 ひじき軟飯 (油揚げ・人参)	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 24	木	牛乳	軟飯 すまし汁(青菜・えのき) 和風麻婆豆腐 キャベツの煮浸し 果物 茶	牛乳 野菜うどん (人参・キャベツ)	牛乳 木綿豆腐 豚ひき肉	米 砂糖 片栗粉 うどん	えのきたけ 青菜 にんじん キャベツ オレンジ
11 25	金	牛乳	ゆかり軟飯 野菜たっぷり汁 (鶏肉・じゃが芋・人参 大根・しいたけ) 煮魚 青菜の煮浸し 果物 茶	牛乳 シュガートースト	牛乳 鶏肉 かわいい	米 じゃがいも 砂糖 食パン バター	ゆかり 大根 にんじん しいたけ しょうが 青菜 なし
12 26	土	牛乳	鶏の照焼丼 みそ汁(キャベツ) スティックきゅうり煮 果物 茶	牛乳 野菜うどん (キャベツ・玉ねぎ)	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	牛乳	軟飯 みそ汁(かぶ・かぶ葉) 豆腐の中華煮 スティックきゅうり煮 果物 茶	牛乳 野菜うどん (人参・チンゲン菜)	牛乳 みそ 豚肉 木綿豆腐	米 ごま油 砂糖 片栗粉 うどん	かぶ かぶ葉 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

*この献立は保育園の行事その他の予定により変更することがあります。