

令和8年6月 献立表



初期（6カ月ごろ）

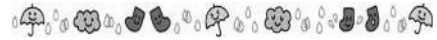
荒川区立第二東日暮里保育園

日 曜	献立名		あか	黄	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	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	にんじん はくさい りんご
2 16	火	10倍がゆ 野菜のミルク煮 果物 茶 ミルク	ミルク	ミルク	米 ジャガイモ	にんじん たまねぎ バナナ
3 17	水	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 大根 りんご
4 18	木	うどんのくたくた煮 じゃがいものペースト 果物 茶 ミルク	ミルク	ミルク	うどん ジャガイモ	にんじん キャベツ バナナ
5 19	金	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	キャベツ たまねぎ バナナ
6 20	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 青菜 かぼちゃ バナナ
8 22	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	にんじん たまねぎ バナナ
9 23	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	青菜 たまねぎ りんご
10	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 すいか
24	水	うどんのくたくた煮 にんじんのペースト 果物 茶 ミルク	ミルク	ミルク	うどん	かぶ たまねぎ にんじん バナナ
11 25	木	パンがゆ 白身魚と野菜のペースト 果物 茶 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 りんご
12 26	金	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 りんご
13 27	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	青菜 にんじん バナナ
29	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	青菜 にんじん バナナ
30	火	うどんのくたくた煮 にんじんのペースト 果物 茶 ミルク	ミルク	ミルク	うどん	かぶ たまねぎ にんじん バナナ

*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6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	黄	みどり
	離乳食【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 15 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 (チンゲン菜・玉ねぎ) ツナと野菜のくず煮 (人参) ミルク	絹豆腐 ミルク ツナ缶 (水煮)	米 片栗粉 うどん	にんじん はくさい りんご たまねぎ チンゲン菜
2 16 火	7倍がゆ クリーム煮 (じゃが芋・人参・玉ねぎ) 果物 茶 ミルク	マカロニの野菜煮 (人参・玉ねぎ) ツナと野菜のくず煮 (じゃが芋) ミルク	ミルク ツナ缶 (水煮)	米 じゃがいも 米粉 マカロニ 片栗粉	にんじん たまねぎ バナナ
3 17 水	7倍がゆ 白身魚と野菜のくず煮 (青菜・大根) 果物 茶 ミルク	パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮 (さつまいも・人参) ミルク	かれい ミルク 鶏肉	米 片栗粉 食パン さつまいも	青菜 大根 りんご にんじん
4 18 木	みそうどんのくたくた煮 (鶏ひき肉・人参・キャベツ) じゃがいものだし煮 果物 茶 ミルク	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (じゃが芋・人参) ミルク	鶏ひき肉 みそ ミルク	うどん じゃがいも 米 片栗粉	にんじん キャベツ バナナ
5 19 金	パンがゆ 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (キャベツ・玉ねぎ) 果物 茶 ミルク	野菜がゆ (人参) 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	キャベツ たまねぎ バナナ にんじん はくさい
6 20 土	うどんのくたくた煮 (鶏肉・人参・青菜) かぼちゃのだし煮 果物 茶 ミルク	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 (かぼちゃ・人参) ミルク	鶏肉 ミルク	うどん 米 片栗粉	にんじん 青菜 かぼちゃ バナナ
8 22 月	7倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 (人参・玉ねぎ) 果物 茶 ミルク	うどんのくたくた煮 (鶏肉・人参・玉ねぎ) きゅうりのだし煮 ミルク	絹豆腐 ミルク 鶏肉	米 片栗粉 うどん	にんじん たまねぎ バナナ きゅうり
9 23 火	7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず煮 (青菜・玉ねぎ) 果物 茶 ミルク	うどんのくたくた煮 (鶏肉・人参・キャベツ) 青菜の煮浸し ミルク	鶏肉 ミルク	米 片栗粉 うどん	青菜 たまねぎ りんご にんじん キャベツ
10 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) ツナと野菜のくず煮 (キャベツ・玉ねぎ) ミルク	鶏肉 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 すいか
24 水	うどんのくたくた煮 (鶏肉・かぶ・玉ねぎ) にんじんのだし煮 果物 茶 ミルク	7倍がゆ ツナと野菜のくず煮 (青菜・玉ねぎ) ミルク	鶏肉 ミルク ツナ缶 (水煮)	うどん 米 片栗粉	かぶ たまねぎ にんじん バナナ 青菜
11 25 木	パンがゆ 白身魚と野菜のくず煮 (ブロッコリー・人参) 果物 茶 ミルク	みそ野菜がゆ (ブロッコリー・玉ねぎ) 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (キャベツ) ミルク	ミルク かれい みそ 鶏ひき肉	食パン 片栗粉 米	ブロッコリー にんじん りんご たまねぎ キャベツ
12 26 金	7倍がゆ ツナと野菜のくず煮 (人参・玉ねぎ) 果物 茶 ミルク	ツナ入りうどんのくたくた煮 (かぼちゃ・玉ねぎ) 青菜の煮浸し ミルク	ツナ缶 (水煮) ミルク	米 片栗粉 うどん	にんじん たまねぎ りんご かぼちゃ 青菜
13 27 土	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 (人参) 鶏肉と野菜のくず煮 (じゃが芋・青菜) ミルク	鶏肉 ミルク	米 片栗粉 うどん じゃがいも	青菜 にんじん バナナ
29 月	7倍がゆ 豆腐と野菜のくず煮 (人参・青菜) 果物 茶 ミルク	パンがゆ 鶏肉と野菜のくず煮 (人参) ミルク	絹豆腐 ミルク 鶏肉	米 片栗粉 食パン	青菜 にんじん バナナ
30 火	うどんのくたくた煮 (鶏肉・かぶ・玉ねぎ) にんじんのだし煮 果物 茶 ミルク	7倍がゆ ツナと野菜のくず煮 (人参・キャベツ) ミルク	鶏肉 ミルク ツナ缶 (水煮)	うどん 米 片栗粉	かぶ たまねぎ にんじん キャベツ バナナ

*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6月 献立表



後期 (9~11か月ごろ)

荒川区立第二東日暮里保育園

日 曜	献立名		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	月	5倍がゆ すまし汁 (麩・玉ねぎ) 豆腐と豚肉のくず煮 (人参・白菜) 果物 茶 ミルク	卵黄入り野菜うどん (チンゲン菜・玉ねぎ) ミルク	絹豆腐 豚肉 ミルク 卵黄	米 心 砂糖 片栗粉 うどん	たまねぎ にんじん はくさい りんご チンゲン菜
2 16	火	5倍がゆ クリーム煮 (豚肉・じゃが芋・ 人参・玉ねぎ) 果物 茶 ミルク	マカロニの野菜煮 (人参・玉ねぎ) ミルク	豚肉 ミルク	米 じゃがいも 米粉 マカ ロニ	にんじん たまねぎ バナナ
3 17	水	5倍がゆ すまし汁 (さつまいも・人参) 白身魚と野菜のくず煮 (青菜・大根) 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 さつまいも 砂糖 片栗 粉 食パン	にんじん 青菜 大根 りんご
4 18	木	みそうどん (豚ひき肉・人参・キャベツ) じゃがいもの煮物 果物 茶 ミルク	わかめがゆ (人参) ミルク	豚ひき肉 みそ ミルク	うどん じゃがいも 砂糖 米	にんじん キャベツ バナナ 乾燥わかめ
5 19	金	パンがゆ すまし汁 (人参) 鶏ひき肉と野菜のくず煮 (キャベツ・玉ねぎ) 果物 茶 ミルク	野菜がゆ (人参・白菜) ミルク	ミルク 鶏ひき肉	食パン 砂糖 片栗粉 米	にんじん キャベツ たまねぎ バナナ はくさい
6 20	土	鶏もも肉うどん (人参・青菜) かぼちゃの煮物 果物 茶 ミルク	野菜がゆ (かぼちゃ・人参) ミルク	鶏肉 ミルク	うどん 砂糖 米	にんじん 青菜 かぼちゃ バナナ
8 22	月	5倍がゆ すまし汁 (チンゲン菜) 麻婆豆腐 (豚ひき肉・人参・長ねぎ) 果物 茶 ミルク	野菜うどん (人参・玉ねぎ) ミルク	絹豆腐 豚ひき肉 みそ ミ ルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	チンゲン菜 にんじん 長ねぎ バナナ たまねぎ
9 23	火	5倍がゆ みそ汁 (なす) 鶏肉と野菜のくず煮 (青菜・玉ねぎ) 果物 茶 ミルク	野菜うどん (人参・キャベツ) ミルク	みそ 鶏肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	なす 青菜 たまねぎ りんご にんじん キャベツ
10	水	鶏もも肉うどん (人参・玉ねぎ) キャベツの煮浸し 果物 茶 ミルク	そぼろがゆ (豚ひき肉・人参) ミルク	鶏肉 ミルク 豚ひき肉	うどん 米	にんじん たまねぎ キャベツ すいか
24	水	鶏もも肉うどん (かぶ・玉ねぎ) にんじんのだし煮 果物 茶 ミルク	そぼろがゆ (豚ひき肉・青菜) ミルク	鶏肉 ミルク 豚ひき肉	うどん 米 砂糖	かぶ たまねぎ にんじん バナナ 青菜
11 25	木	パンがゆ すまし汁 (キャベツ・玉ねぎ) 白身魚と野菜のくず煮 (ブロッコリー・人参) 果物 茶 ミルク	みそ野菜がゆ (ブロッコリー・玉ねぎ) ミルク	ミルク かれい みそ	食パン 砂糖 片栗粉 米	たまねぎ キャベツ ブ ロッコリー にんじん りんご
12 26	金	5倍がゆ みそ汁 (青菜) 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 (かぼちゃ・玉ねぎ) ミルク	みそ 豚肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 うどん	青菜 にんじん たまねぎ りんご かぼちゃ
13 27	土	5倍がゆ みそ汁 (じゃが芋・こねぎ) 鶏肉と野菜のくず煮 (人参・青菜) 果物 茶 ミルク	野菜うどん (じゃが芋・人参) ミルク	みそ 鶏肉 ミルク	米 じゃがいも 砂糖 片栗 粉 うどん	こねぎ 青菜 にんじん バナナ
29	月	5倍がゆ みそ汁 (豆腐・玉ねぎ) 鶏肉と野菜のくず煮 (人参・青菜) 果物 茶 ミルク	パンがゆ にんじんのだし煮 ミルク	絹豆腐 みそ 鶏肉 ミルク	米 砂糖 片栗粉 食パン	たまねぎ 青菜 にんじん バナナ
30	火	鶏もも肉うどん (かぶ・玉ねぎ) にんじんのだし煮 果物 茶 ミルク	野菜がゆ (人参・キャベツ) ミルク	鶏肉 ミルク	うどん 米	かぶ たまねぎ にんじん バナナ キャベツ

*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6月 献立表

完了期(12~18か月ごろ)



荒川区立第二東日暮里保育園

日	曜	献立名			あか	黄	みどり
		朝おやつ	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	月	牛乳	ゆかり軟飯 すまし汁(麩・玉ねぎ) 豆腐の中華煮 スティックきゅうり煮 果物 茶	牛乳 卵うどん (チンゲン菜・玉ねぎ)	牛乳 豚肉 木綿豆腐 卵	米 ふ ごま油 砂糖 片栗粉 うどん	ゆかり たまねぎ 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 りんご
16	火	牛乳	米粉のカレーライス 春雨の煮物 (人参・さやいんげん) 果物 茶	牛乳 マカロニあべかわ	牛乳 豚肉 きなこ	米 油 じゃがいも 米粉 はるさめ ごま油 砂糖 マカロニ	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 さやいんげん バナナ
17	水	牛乳	軟飯 すまし汁(さつまいも・人参 魚のみそ漬け焼き 青菜と油揚げの煮浸 果物 茶	牛乳 シュガートースト	牛乳 生鮭 みそ 油揚げ	米 さつまいも 砂糖 食パン バター	にんじん 青菜 りんご
18	木	牛乳	みそうどん ポテトサラダ (人参・きゅうり) 果物 茶	牛乳 わかめ軟飯(人参)	牛乳 豚ひき肉 みそ	うどん じゃがいも マヨドレ 米	にんじん キャベツ きゅうり バナナ 乾燥わかめ
19	金	牛乳	ロールパン コーンスープ (人参・コーン・わかめ) 白菜メンチ 二色浸し(人参・キャベツ) 果物 茶	牛乳 野菜軟飯(人参・白菜)	牛乳 鶏ひき肉 スキムミルク 卵	ロールパン 砂糖 パン粉 小麦粉 油 米	にんじん ホールコーン 塩蔵わかめ はくさい たまねぎ キャベツ バナナ
20	土	牛乳	鶏南ばんうどん かぼちゃの煮物 果物 茶	牛乳 きつね軟飯	牛乳 鶏肉 油揚げ	うどん 砂糖 米	にんじん しいたけ 長ねぎ 青菜 かぼちゃ バナナ
22	月	牛乳	軟飯 チキンスープ (チンゲン菜・玉ねぎ) 麻婆豆腐 スティックきゅうり煮 果物 茶	牛乳 野菜うどん (人参・玉ねぎ)	牛乳 鶏肉 木綿豆腐 豚ひき肉 みそ	米 砂糖 片栗粉 うどん	チンゲン菜 たまねぎ にんじん 長ねぎ きゅうり バナナ
23	火	牛乳	軟飯 みそ汁(油揚げ・なす) 鶏の香り焼き 青菜の煮浸し 果物 茶	牛乳 焼きそば (豚肉・人参 キャベツ・玉ねぎ)	牛乳 油揚げ みそ 鶏肉 豚肉	米 砂糖 油 蒸し中華めん	なす 長ねぎ しょうが 青菜 りんご たまねぎ にんじん キャベツ あおのり
24	水	牛乳	和風スパゲティ すまし汁(かぶ・かぶ葉) スティックにんじん煮 果物 茶	牛乳 そぼろ軟飯 (豚ひき肉・人参 いんげん)	牛乳 鶏肉 豚ひき肉	うどん 油 砂糖 片栗粉 米	たまねぎ にんじん キャベツ すいか しょうが さやいんげん
25	木	牛乳	ロールパン キャベツスープ (ベーコン・玉ねぎ) 魚のオランダ揚げ ブロッコリーの煮浸し 果物 茶	牛乳 みそ野菜軟飯 (ブロッコリー・玉ねぎ)	牛乳 ベーコン かわいい みそ	ロールパン 小麦粉 油 米	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ ブロッコリー りんご
26	金	牛乳	軟飯 みそ汁(なめこ・こねぎ) 豚肉と野菜のくず煮 青菜の煮浸し 果物 茶	牛乳 野菜うどん (かぼちゃ・玉ねぎ)	牛乳 みそ 豚肉	米 砂糖 片栗粉 うどん	なめこ こねぎ にんじん たまねぎ 青菜 りんご かぼちゃ
27	土	牛乳	鶏の照焼丼 みそ汁(じゃが芋・こねぎ) 二色浸し 果物 茶	牛乳 野菜うどん (じゃが芋・人参)	牛乳 鶏肉 みそ	米 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも うどん	たまねぎ 刻みのり こねぎ 青菜 にんじん バナナ
29	月	牛乳	軟飯 みそ汁(豆腐・玉ねぎ) 鶏肉と野菜のくず 青菜の煮浸し 果物 茶	牛乳 ジャムパン	牛乳 木綿豆腐 みそ 鶏肉	米 砂糖 片栗粉 食パン ジャム	たまねぎ にんじん 青菜 バナナ
30	火	牛乳	和風スパゲティ すまし汁(かぶ・かぶ葉) スティックにんじん煮 果物 茶	牛乳 チャーハン (豚ひき肉・人参 長ねぎ)	牛乳 鶏肉 豚ひき肉	スパゲッティ 油 米 ごま油	たまねぎ しめじ えのきたけ 刻みのり かぶ かぶ葉 にんじん バナナ 長ねぎ

*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。