

令和7年度8月 東京児童協会 亀戸こころ保育園 献立表 5～6ヶ月食

日	曜 日	料理名	ざ い り よ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの骨を育てるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
1	金	つぶし粥 キャベツペースト 玉葱ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	キャベツ 玉葱	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
2	土	つぶし粥 豆腐ペースト 人参ペースト 味噌汁うわすみ	絹ごし豆腐 味噌	人参	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
4	月	つぶし粥 胡瓜ペースト 大根ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	胡瓜 大根	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
5	火	つぶし粥 カレイペースト 人参ペースト 味噌汁うわすみ	カレイ 味噌	人参	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
6	水	つぶし粥 トマトペースト 胡瓜ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	トマト 胡瓜	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
7	木	つぶし粥 ほうれん草ペースト 人参ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	ほうれん草 人参	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
8	金	つぶし粥 豆腐ペースト 胡瓜ペースト 味噌汁うわすみ	絹ごし豆腐 味噌	胡瓜	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
9	土	つぶし粥 キャベツペースト 大根ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	キャベツ 大根	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
12	火	つぶし粥 人参ペースト 胡瓜ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	人参 胡瓜	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
13	水	つぶし粥 人参ペースト ほうれん草ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	人参 ほうれん草	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
14	木	つぶし粥 南瓜ペースト 玉葱ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	南瓜 玉葱	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
15	金	つぶし粥 カレイペースト 人参ペースト 味噌汁うわすみ	カレイ 味噌	人参	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
16	土	つぶし粥 人参ペースト 玉葱ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	人参 玉葱	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
18	月	つぶし粥 胡瓜ペースト 大根ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	胡瓜 大根	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
19	火	つぶし粥 カレイペースト 人参ペースト 味噌汁うわすみ	カレイ 味噌	人参	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
20	水	つぶし粥 トマトペースト 胡瓜ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	トマト 胡瓜	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
21	木	つぶし粥 ブロッコリーペースト 人参ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	ブロッコリー 人参	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
22	金	つぶし粥 豆腐ペースト 胡瓜ペースト 味噌汁うわすみ	絹ごし豆腐 味噌	胡瓜	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
23	土	つぶし粥 キャベツペースト 大根ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	キャベツ 大根	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
25	月	つぶし粥 人参ペースト 胡瓜ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	人参 胡瓜	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
26	火	つぶし粥 キャベツペースト 玉葱ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	キャベツ 玉葱	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
27	水	つぶし粥 人参ペースト ほうれん草ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	人参 ほうれん草	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
28	木	つぶし粥 南瓜ペースト 玉葱ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	南瓜 玉葱	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
29	金	つぶし粥 人参ペースト 大根ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	人参 大根	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
30	土	つぶし粥 人参ペースト 玉葱ペースト 味噌汁うわすみ	味噌	人参 玉葱	精白米	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし

令和7年度8月 東京児童協会 亀戸こころ保育園 献立表 7～8ヶ月食

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			その他
			赤：血や肉になるもの 類・肉類・豆類・乳類・卵	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 類・油脂類・砂糖類・いも	
1	金	全粥 カレーと野菜の煮物 キャベツと玉ねぎの味噌汁	カレー	人参, もやし キャベツ, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
2	土	全粥 豆腐と野菜の煮物 小松菜と長葱の味噌汁	絹ごし豆腐	人参, もやし 白ねぎ, 小松菜	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
4	月	全粥 鶏と胡瓜の旨煮 小松菜と玉葱の味噌汁	鶏挽肉	胡瓜, 人参 小松菜, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
5	火	全粥 カレーの煮物 キャベツと人参の味噌汁	カレー	胡瓜, 人参 キャベツ, 人参	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
6	水	全粥 ささみと大根の旨煮 トマトの味噌汁	鶏ささみ肉	大根, 胡瓜 トマト, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
7	木	パン粥 鶏肉と野菜のトマト ほうれん草と玉ねぎ	乳児用液体ミルク 鶏挽肉	ホールトマト缶, 胡瓜 ほうれん草, 玉葱	食パン 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
8	金	全粥 鶏肉と野菜の煮物 豆腐の味噌汁	鶏挽肉	ブロッコリー, 人参 白ねぎ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
9	土	全粥 鶏肉とキャベツの煮物 大根とねぎの味噌汁	鶏ささみ肉	キャベツ, 人参 大根, 白ねぎ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
12	火	全粥 鶏肉と胡瓜のトロトロ 切干大根の味噌汁	鶏挽肉	胡瓜, 玉葱 切干大根, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
13	水	野菜うどん 豆腐と野菜の煮物	絹ごし豆腐	キャベツ, 人参 人参, 玉葱	うどん 片栗粉	水 かつお昆布だし, 食塩 かつお昆布だし, 水
14	木	全粥 鶏と大根の煮物 南瓜の味噌汁	鶏挽肉	大根, 胡瓜 南瓜, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
15	金	全粥 カレーと野菜の煮物 若布と玉葱の味噌汁	カレー	人参, 玉葱 乾燥若布, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
16	土	全粥 ささみと人参の煮物 若布と玉葱の味噌汁	鶏ささみ肉	人参, 玉葱 乾燥若布, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
18	月	全粥 鶏と胡瓜の旨煮 小松菜と玉葱の味噌汁	鶏挽肉	胡瓜, 人参 小松菜, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
19	火	全粥 カレーの煮物 キャベツと人参の味噌汁	カレー	胡瓜, 人参 キャベツ, 人参	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
20	水	全粥 ささみと大根の旨煮 トマトの味噌汁	鶏ささみ肉	大根, 胡瓜 トマト, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
21	木	パン粥 鶏ひき肉と野菜の煮物 人参と玉葱の味噌汁	乳児用液体ミルク 鶏挽肉	ブロッコリー, 人参 人参, 玉葱	食パン 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
22	金	全粥 鶏肉と野菜の煮物 豆腐の味噌汁	鶏挽肉	ブロッコリー, 人参 白ねぎ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
23	土	全粥 鶏肉とキャベツの煮物 大根とねぎの味噌汁	鶏ささみ肉	キャベツ, 人参 大根, 白ねぎ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
25	月	全粥 鶏肉と胡瓜のトロトロ 切干大根の味噌汁	鶏挽肉	胡瓜, 玉葱 切干大根, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
26	火	全粥 カレーと野菜の煮物 キャベツと玉ねぎの味噌汁	カレー	人参, もやし キャベツ, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
27	水	野菜うどん 豆腐と野菜の煮物	絹ごし豆腐	キャベツ, 人参 人参, 玉葱	うどん 片栗粉	水 かつお昆布だし, 食塩 かつお昆布だし, 水
28	木	全粥 鶏と大根の煮物 南瓜の味噌汁	鶏挽肉	大根, 胡瓜 南瓜, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし
29	金	全粥 鶏肉と野菜のうま煮 長葱の味噌汁	鶏挽肉	人参, 玉葱 白ねぎ, 人参	精白米	水 かつお昆布だし, 食塩 かつお昆布だし
30	土	全粥 ささみと人参の煮物 若布と玉葱の味噌汁	鶏ささみ肉	人参, 玉葱 乾燥若布, 玉葱	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし, 水 かつお昆布だし

令和7年度8月 東京児童協会 亀戸こころ保育園 献立表 9～11ヶ月食

日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの	緑：からだの骨を育てるもの	黄：力や体温となるもの	その他
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油類・砂糖類・いも類	
1	金	昼 軟飯 カレーと野菜の柔らか煮 2色野菜のトロトロ煮 キャベツと玉葱の味噌汁 バナナ	カレー 味噌	人参、もやし 人参、ズッキーニ キャベツ、玉葱 バナナ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ スティック蒸しパン	牛乳		薄力粉	ベーキングパウダー
2	土	昼 軟飯 豆腐と野菜の旨煮 野菜の煮物 小松菜と長ネギの味噌汁 ヨーグルト（離乳食）	絹ごし豆腐 味噌 ヨーグルト	人参、もやし、玉葱 小松菜、人参、もやし 白ねぎ、小松菜	精白米 片栗粉 片栗粉 グラニュー糖	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ そばろ軟飯	鶏挽肉	玉葱、人参	精白米	水
4	月	昼 軟飯 鶏ささみとなすの煮物 大根と胡瓜の煮物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 バナナ	鶏ささみ肉 味噌	玉葱、茄子 大根、胡瓜 小松菜、玉葱、えのき バナナ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、食塩 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ トマト軟飯	鶏挽肉	トマト、玉葱	精白米	水
5	火	昼 軟飯 カレーと野菜の煮物 人参としめじの旨煮 人参とキャベツの味噌汁 すいか	カレー 味噌	人参、胡瓜 人参、玉葱、ぶなしめじ 人参、キャベツ すいか	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ おかか軟飯	かつお節	人参、玉葱	精白米	水
6	水	昼 軟飯 大根のそばろあんかけ きゅうりスティック トマトの味噌汁 バナナ	鶏挽肉 味噌	大根、人参 胡瓜 トマト、玉葱 バナナ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 水 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ 人参のそばろ軟飯	鶏挽肉	人参	精白米	水
7	木	昼 スティック食パン 豚肉と野菜のトマト煮 2色スティック ほうれん草と玉ねぎのスープ バナナ	豚挽肉	人参、ホールトマト缶、玉葱 胡瓜、大根 ほうれん草、玉葱 バナナ	食パン 片栗粉	かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ ささみと胡瓜の素麺	鶏ささみ肉	胡瓜、人参	ひやむぎ	かつお昆布だし、濃口醤油
8	金	昼 軟飯 ささ身の照り焼き ブロッコリーの煮物 豆腐の味噌汁 オレンジ	鶏ささみ肉 絹ごし豆腐、味噌	白ねぎ ブロッコリー、もやし 白ねぎ オレンジ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ とうもろこし軟飯	鶏挽肉	玉葱	精白米、とうもろこし	水
9	土	昼 軟飯 ささみとキャベツの旨煮 胡瓜と若布のトロトロ煮 大根と長葱の味噌汁 ヨーグルト（離乳食）	鶏ささみ肉 味噌 ヨーグルト	キャベツ、人参、玉葱 胡瓜、人参、乾燥若布 大根、白ねぎ	精白米 片栗粉 グラニュー糖	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ 大根軟飯	鶏挽肉	大根、玉葱	精白米	水
12	火	昼 軟飯 鶏だんごと野菜の煮物 春雨と野菜の旨煮 切干大根の味噌汁 フルーツゼリー	鶏挽肉 味噌	人参、玉葱 人参、胡瓜 切干大根、玉葱	精白米 片栗粉 緑豆春雨、片栗粉 ぶどうゼリー	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ きなこ軟飯	きな粉		精白米	水
13	水	昼 野菜うどん ほうれん草と豆腐の旨煮 人参スティック オレンジ	絹ごし豆腐	キャベツ、人参、ぶなしめじ ほうれん草、もやし 人参 オレンジ	うどん 片栗粉	かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ おかか軟飯	かつお節	人参、玉葱	精白米	水
14	木	昼 軟飯 鶏となすの煮物 若布と人参のあえもの 南瓜の味噌汁 バナナ	鶏ささみ肉 味噌	茄子、大根 胡瓜、人参、乾燥若布 南瓜、玉葱 バナナ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ ツナ軟飯	シーチキン（缶）	人参	精白米	水
15	金	昼 軟飯 かじきの塩焼き 大根と人参のトロトロ煮 若布と玉ねぎの味噌汁 ヨーグルト（離乳食）	かじき 味噌 ヨーグルト	大根、人参 乾燥若布、玉葱	精白米 グラニュー糖	水 かつお昆布だし、食塩 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ スティック蒸しパン	牛乳		薄力粉	ベーキングパウダー
16	土	昼 軟飯 豚肉と野菜の醤油炒め ひじきの煮物 若布と玉葱の味噌汁 フルーツゼリー	豚挽肉 味噌	人参、玉葱 ひじき、人参 乾燥若布、玉葱	精白米 ぶどうゼリー	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ ひじき軟飯	シーチキン（缶）	ひじき	精白米	水

令和7年度8月 東京児童協会 亀戸こころ保育園 献立表 9～11ヶ月食

18	月	昼	軟飯 鶏ささみとなすの煮物 大根と胡瓜の煮物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 バナナ	鶏ささみ肉 味噌	玉葱、茄子 大根、胡瓜 小松菜、玉葱、えのき バナナ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、食塩 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ	トマト軟飯	鶏挽肉	トマト、玉葱	精白米	水
19	火	昼	軟飯 カレイと野菜の煮物 人参としめじの旨煮 人参とキャベツの味噌汁 ヨーグルト（離乳食）	カレイ 味噌 ヨーグルト	人参、胡瓜 人参、玉葱、ぶなしめじ 人参、キャベツ	精白米 片栗粉 グラニュー糖	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ	おかか軟飯	かつお節	人参、玉葱	精白米	水
20	水	昼	軟飯 大根のそぼろあんかけ きゅうりスティック トマトの味噌汁 バナナ	鶏挽肉 味噌	大根、人参 胡瓜 トマト、玉葱 バナナ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 水 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ	人参のそぼろ軟飯	鶏挽肉	人参	精白米	水
21	木	昼	スティック食パン ハンバーグ ブロッコリーの煮物 人参と玉葱のスープ フルーツゼリー	豚挽肉	玉葱 ブロッコリー、人参 人参、玉葱	食パン 片栗粉 片栗粉 オレンジゼリー	水 かつお昆布だし、食塩 かつお昆布だし かつお昆布だし、食塩
		おやつ	鶏とコーンの軟飯	鶏ささみ肉	スイートコーン	精白米	水
22	金	昼	軟飯 ささ身の照り焼き ブロッコリーの煮物 豆腐の味噌汁 オレンジ	鶏ささみ肉 絹ごし豆腐、味噌	白ねぎ ブロッコリー、もやし 白ねぎ オレンジ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ	とうもろこし軟飯	鶏挽肉	玉葱	精白米、とうもろこし	水
23	土	昼	軟飯 ささみとキャベツの旨煮 胡瓜と若布のトロトロ煮 大根と長葱の味噌汁 ヨーグルト（離乳食）	鶏ささみ肉 味噌 ヨーグルト	キャベツ、人参、玉葱 胡瓜、人参、乾燥若布 大根、白ねぎ	精白米 片栗粉 グラニュー糖	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ	大根軟飯	鶏挽肉	大根、玉葱	精白米	水
25	月	昼	軟飯 鶏だんごと野菜の煮物 春雨と野菜の旨煮 切干大根の味噌汁 フルーツゼリー	鶏挽肉 味噌	人参、玉葱 人参、胡瓜 切干大根、玉葱	精白米 片栗粉 緑豆春雨、片栗粉 ぶどうゼリー	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ	きなこ軟飯	きな粉		精白米	水
26	火	昼	軟飯 カレイと野菜の柔らか煮 2色野菜のトロトロ煮 キャベツと玉葱の味噌汁 バナナ	カレイ 味噌	人参、もやし 人参、ズッキーニ キャベツ、玉葱 バナナ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ	しらす軟飯	しらす		精白米	水
27	水	昼	野菜うどん ほうれん草と豆腐の旨煮 人参スティック オレンジ	絹ごし豆腐	キャベツ、人参、ぶなしめじ ほうれん草、もやし 人参 オレンジ	うどん 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ	おかか軟飯	かつお節	人参、玉葱	精白米	水
28	木	昼	軟飯 鶏となすの煮物 若布と人参のあえもの 南瓜の味噌汁 バナナ	鶏ささみ肉 味噌	茄子、大根 胡瓜、人参、乾燥若布 南瓜、玉葱 バナナ	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ	ツナ軟飯	シーチキン（缶）	人参	精白米	水
29	金	昼	軟飯 ささみときのこの煮物 胡瓜と切り干し大根の煮物 長葱の味噌汁 みかん缶	鶏ささみ肉 味噌	椎茸、人参 胡瓜、切干大根 白ねぎ、人参 みかん缶	精白米 片栗粉	水 かつお昆布だし かつお昆布だし かつお昆布だし
		おやつ	鶏粥	鶏ささみ肉	人参、玉葱	精白米	水
30	土	昼	軟飯 豚肉と野菜の醤油炒め ひじきの煮物 若布と玉葱の味噌汁 フルーツゼリー	豚挽肉 味噌	人参、玉葱 ひじき、人参 乾燥若布、玉葱	精白米 ぶどうゼリー	水 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし、濃口醤油 かつお昆布だし
		おやつ	ひじき軟飯	シーチキン（缶）	ひじき	精白米	水