しみず保育園

2026年 11月　保育園給食献立表

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
2	月	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　ビスケット
3	火	文化の日			
4	水	ヨーグルト	わかめご飯　ほっけの揚げ煮 切り干し大根の煮物　なすのみそ汁		牛乳　お好み焼き
5	木	牛乳	ごはん　卵焼き　ほうれん草のごまあえ 豚汁　味付けのり		野菜ジュース コーンスナック
6	金	牛乳	ごはん　酢鶏　キャベツの塩昆布和え 卵スープ　ふりかけ		スキムミルク　米粉パン
7	土	プリン	じゃじゃ麺　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　揚げおかき
9	月	牛乳	ごはん　和風麻婆豆腐　彩りあえ 春雨のすまし汁　のり佃煮		スキムミルク 野菜スナック
10	火	牛乳	カレーピラフ　スコッチエッグ ツナサラダ　小松菜のスープ		りんごジュース　ワッフル
11	水	豆乳	ごはん　鯖の焼きびたし　ふきの煮物 さつまいものみそ汁　五目納豆		牛乳　肉まん
12	木	牛乳	ごはん　たまご千草焼き ジャーマンポテト　レタススープ きゅうり漬け		ヨーグルト 塩せんべい
13	金	牛乳	ごはん　春巻き　しらすとわかめあえ えのき茸のみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　ツナサンド
14	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ　ナポリタン フライドポテト	ジャムサンド	牛乳　パイ菓子
16	月	野菜ジュース	ハヤシライス　野菜サラダ チンゲン菜のスープ		牛乳　クリームパン
17	火	牛乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 わかめなたね　キャベツのみそ汁 ふりかけ		スキムミルク クラッカー
18	水	ヨーグルト	ごはん　鮭フライ　ポテトサラダ トマト　コーンスープ		牛乳　ミニドッグ
19	木	牛乳	ごはん　肉豆腐 ほうれん草とえのきのおひたし 大根のみそ汁　味付けのり		スキムミルク えびせん
20	金	牛乳	わかめご飯　手羽先と大根煮 ビーフンソテー　わかめのみそ汁		カルピス　スイートポテト
21	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ チキンナゲット	クロワッサン	牛乳　しょうゆせんべい
23	月	勤労感謝の日			
24	火	牛乳	ごはん　にぎやか親子煮 かぼちゃの煮物　白菜のみそ汁 たくあん漬		スキムミルク 薄焼きせんべい
25	水	ヨーグルト	ごはん　ほっけのから揚げ 切干大根のツナマヨサラダ 豆腐とわかめのすまし汁　おろし納豆		牛乳 フルーツサンドイッチ
26	木	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ もやしごまあえ　小松菜のみそ汁 ふりかけ		スキムミルク ポテトスナック
27	金	牛乳	ごはん　魚のピカタ　ほうれん草ソテー トマト　キャベツとウィンナーのスープ煮		ヤクルト　みそもち
28	土	ヨーグルト	カレーうどん　ブロッコリーのサラダ フライドポテト	ごはん	牛乳　クッキー
30	月	豆乳	チャーハン　きゅうりとわかめの酢の物 シュウマイ　もやしとにらのスープ		牛乳　ロールケーキ

☆10日(火)は、お誕生会です。



※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。

2026年 10月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	木	牛乳	ごはん　おでん ささみともやしの酢みそあえ 春雨のすまし汁　味付けのり		スキムミルク ホットケーキ
2	金	牛乳	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ ひじき煮　なすのみそ汁　ふりかけ		野菜ジュース コーンスナック
3	土	ヨーグルト	たまごうどん　中華サラダ フライドポテト	ごはん	牛乳　しょうゆせんべい
5	月	牛乳	ごはん　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク 黒糖蒸しパン
6	火	牛乳	ごはん　メンチカツ ブロッコリーとコーンの炒めもの　トマト レタススープ		オレンジゼリー 塩せんべい
7	水	りんごジュース	ごはん　ほっけ焼き　煮あえ にらのみそ汁　スタミナ納豆		牛乳　クリームパン
8	木	牛乳	わかめご飯　大根のみそ煮込み 山吹あえ　えのきと豆腐のすまし汁		ヨーグルト　南部せんべい
9	金	牛乳	ごはん　いり豆腐 きゅうりとシーチキンあえ たけのこのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク 野菜スナック
10	土	ヨーグルト	ハンペンのチーズサンドフライ マカロニサラダ　トマト　オニオンスープ	ごはん	牛乳　揚げおかき
12	月	スポーツの日			
13	火	牛乳	ごはん　肉じゃが　磯辺あえ キャベツのみそ汁　たくあん漬		スキムミルク　ひねりあげ
14	水	ヨーグルト	ごはん　ひき肉とチーズのオムレツ チキンサラダ　トマト チンゲン菜のスープ		牛乳 いももち
15	木	牛乳	ごはん　さばの竜田揚げ きんぴらごぼう　きのこのみそ汁 ふりかけ		スキムミルク ビスケット
16	金	牛乳	ごはん　シュウマイ　春雨炒め煮 白菜のスープ　味付けのり		カルピス　ピザトースト
17	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　ウエハース
19	月	牛乳	わかめご飯　豆腐とえびの炒め煮 かぼちゃのそぼろかけ　大根のみそ汁		スキムミルク　えびせん
20	火	牛乳	五目炊き込みご飯　とり天　炒り卵あえ 豆腐とわかめのすまし汁		ジョア　バナナケーキ
21	水	ヨーグルト	ごはん　鮭のコーンマヨ焼き 小松菜と厚揚げの煮びたし じゃがいものみそ汁　きゅうり漬け		牛乳 ホットドッグ
22	木	牛乳	ごはん　豆腐と肉のハンバーグ スパゲティソテー　トマト もやしとにらのスープ		スキムミルク クラッカー
23	金	牛乳	ごはん　八宝菜　パンサンスー コーンスープ　ふりかけ		カルピス　焼き芋
24	土	ヨーグルト	クリームシチュー キャベツとコーンのサラダ チキンナゲット	ロールパン	牛乳 塩せんべい
26	月	野菜ジュース	チャーハン　シュウマイ きゅうりとわかめの酢の物　ポテトスープ		牛乳　おからドーナッツ
27	火	牛乳	ごはん　とり肉と野菜うま煮 白菜とコーンのごまあえ 小松菜のみそ汁　おろし納豆		スキムミルク 薄焼きせんべい
28	水	豆乳	ごはん　魚五目あんかけ すき昆布の煮物　かきたま汁　ふりかけ		牛乳　ロールケーキ
29	木	牛乳	ごはん　柳川もどき　ナムル なめこのみそ汁　のり佃煮		りんごジュース ポテトスナック
30	金	牛乳	ごはん　サケ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト　キャベツスープ		スキムミルク フレンチトースト
31	土	ヨーグルト	ちゃんこうどん　ミモザサラダ フライドポテト	ごはん	牛乳　クッキー

☆20日(火)は、お誕生会です。



※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。

2026年 9月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	火	牛乳	ごはん　ギョーザ　しらすとわかめあえ 小松菜のみそ汁		スキムミルク コーンスナック
2	水	豆乳	ごはん　アジフライ　シルバーサラダ トマト　チンゲン菜のスープ		牛乳　ウィンナーパイ
3	木	牛乳	わかめご飯　豚肉と厚揚げのみそ炒め もやしごまあえ　かきたま汁		アイスクリーム
4	金	牛乳	ごはん　和風ポトフ ほうれん草のおかかあえ なめこのみそ汁　おろし納豆		スキムミルク ロールケーキ
5	土	ヨーグルト	マカロニグラタン　ツナサラダ オニオンスープ	バターロールパン	牛乳　しょうゆせんべい
7	月	りんごジュース	ごはん　切り干し大根入りビビンバ キャベツの塩昆布和え　なすのみそ汁 ふりかけ		牛乳 にんじんケーキ
8	火	牛乳	ごはん　レトルトカレー　スポロン バナナ		スキムミルク　クリームパン
9	水	ヨーグルト	鮭の炊き込みご飯　ちくわ納豆揚げ 彩りあえ　えのきと豆腐のすまし汁		アイスクリーム
10	木	牛乳	ごはん　赤魚のみりん焼き　ふきの煮物 じゃがいものみそ汁　たくあん漬		スキムミルク 野菜スナック
11	金	牛乳	ごはん　根菜と豚肉の韓国風煮 わかめなたね　キャベツスープ		りんごジュース ホットサンド
12	土	ヨーグルト	スパニッシュオムレツ　ほうれん草ソテー トマト　レタススープ	ごはん	牛乳　揚げおかき
14	月	牛乳	ごはん　ひき肉カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　ビスケット
15	火	牛乳	ごはん　鮭のホイル焼き ビーフンソテー　わかめのみそ汁 ふりかけ		カルピス ミニドッグ
16	水	野菜ジュース	松風焼き　スパゲティサラダ　トマト	ごはん ポテトスープ	牛乳　スイートパンプキン
17	木	牛乳	ごはん　親子煮　ほうれん草のごまあえ せんべい汁　味付けのり		スキムミルク 薄焼きせんべい
18	金	牛乳	ごはん　麻婆豆腐 小松菜と油揚げの煮物　コーンスープ のり佃煮		ヨーグルト クラッカー
19	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ チキンナゲット	ジャムサンド	牛乳　揚げおかき
21	月	敬老の日			
22	火	国民の休日			
23	水	秋分の日			
24	木	牛乳	わかめご飯　鯖のみそ煮 切り干し大根の煮物　五目かきたま汁 味付けのり		ヤクルト ポテトスナック
25	金	牛乳	ごはん　揚げ豆腐の野菜あんかけ かぼちゃの煮物　大根のみそ汁 きゅうり漬け		スキムミルク ツナサンド
26	土	ヨーグルト	焼きそば　ブロッコリーのサラダ ポテトスープ	ごはん	牛乳　ウエハース
28	月	豆乳	チャーハン　シュウマイ きゅうりとわかめの酢の物 もやしとにらのスープ		牛乳 お好み焼き
29	火	牛乳	ごはん　鶏肉とじゃがいも煮 ほうれん草とえのきのおひたし 豆腐とわかめのすまし汁　五目納豆		スキムミルク えびせん
30	水	ヨーグルト	ごはん　たらフライ　ポテトサラダ トマト　白菜のみそ汁		牛乳　イギリストースト

☆8日(火)は、非常食献立です。
☆9日(水)は、お誕生会です。
☆16日(水)は、お楽しみランチです。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2026年 8月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	土	プリン	じゃじゃ麺　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　しょうゆせんべい
3	月	牛乳	ごはん　夏野菜カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　ホットドッグ
4	火	牛乳	わかめご飯　たまご千草焼き 春雨炒め煮　なめこのみそ汁		野菜ジュース ポテトスナック
5	水	豆乳	そうめん　フランクフルト ほうれん草ソテー　トマト	ごはん	牛乳　おからドーナッツ
6	木	牛乳	ごはん　ほっけの揚げ煮 きんぴらごぼう　なすのみそ汁 味付けのり		スイカ
7	金	牛乳	ごはん　春巻き きゅうりとシーチキンあえ　かきたま汁 ふりかけ		アイスクリーム
8	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ　ミモザサラダ スパゲティソテー	クロワッサン	牛乳　パイ菓子
10	月	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ　磯辺あえ オクラのみそ汁　たくあん漬		スキムミルク 薄焼きせんべい
11	火	山の日			
12	水	ヨーグルト	ごはん　鯖の焼きびたし かぼちゃのそぼろかけ 小松菜のみそ汁　五目納豆		牛乳 ホットケーキ
13	木	牛乳	ごはん　チキンナゲット ボイルブロッコリー　そうめん		アイスクリーム
14	金	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		りんごジュース　ビスケット
15	土	ヨーグルト	焼きそば　ウィンナー　トマト オニオンスープ	ごはん	牛乳　小魚せんべい
17	月	野菜ジュース	チャーハン　きゅうりとわかめの酢の物 ウィンナー　キャベツスープ		牛乳　スイートポテト
18	火	牛乳	ごはん　ポテトコロッケ　小松菜のソテー トマト　コーンスープ　のり佃煮		アイスクリーム
19	水	りんごジュース	ごはん　肉豆腐　山吹あえ 大根のみそ汁　ふりかけ		牛乳　野菜スナック
20	木	牛乳	ごはん　ほっけのから揚げ　煮あえ そうめん汁　きゅうり漬け		ヨーグルト　南部せんべい
21	金	牛乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 パンサンスー　えのき茸のみそ汁 味付けのり		スキムミルク フルーツサンドイッチ
22	土	ヨーグルト	スパゲティ・ミートソース　中華サラダ レタススープ	ジャムサンド	牛乳　揚げおかき
24	月	牛乳	ごはん　にぎやか親子煮 すき昆布の煮物　じゃがいものみそ汁		スキムミルク　クラッカー
25	火	牛乳	わかめご飯　冷やしラーメン タンドリーチキン ブロッコリーとコーンの炒めもの		アイスクリーム
26	水	ヨーグルト	ごはん　魚のピカタ　マカロニサラダ トマト　わかめのみそ汁　スタミナ納豆		牛乳　米粉パン
27	木	牛乳	ハヤシライス　キャベツとコーンのサラダ チンゲン菜のスープ		ヤクルト　えびせん
28	金	牛乳	ごはん　和風麻婆豆腐　ナムル 五目かきたま汁		オレンジゼリー 塩せんべい
29	土	ヨーグルト	クリームシチュー　チキンサラダ フライドポテト	黒糖ロールパン	牛乳　クッキー
31	月	牛乳	ごはん　手羽先と大根煮 ジャーマンポテト　白菜のみそ汁 ふりかけ		カルピス 豆腐だんご

☆5日(水)は、お楽しみランチです。
☆25日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2026年 7月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	水	ヨーグルト	わかめご飯　ほっけ焼き　炒り卵あえ えのきと豆腐のすまし汁		牛乳　スイートパンプキン
2	木	牛乳	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ ひじき煮　なすのみそ汁　たくあん漬		カルピス　クラッカー
3	金	牛乳	ごはん　ツナ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト 五目かきたま汁		スキムミルク イギリストースト
4	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　パイ菓子
6	月	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク 黒糖蒸しパン
7	火	牛乳	ごはん　七夕そうめん　卵焼き ほうれん草とえのきのおひたし		アイスクリーム
8	水	野菜ジュース	ごはん　魚五目あんかけ　ふきの煮物 なめこのみそ汁　味付けのり		牛乳　お好み焼き
9	木	牛乳	ごはん　メンチカツ　ツナサラダ トマト　チンゲン菜のスープ		ヨーグルト　南部せんべい
10	金	牛乳	ごはん　いり豆腐　しらすとわかめあえ 大根のみそ汁　ふりかけ		スキムミルク 野菜スナック
11	土	ヨーグルト	ハンペンのチーズサンドフライ マカロニナポリ　トマト　ポテトスープ	ごはん	牛乳　しょうゆせんべい
13	月	りんごジュース	ごはん　肉じゃが キャベツの塩昆布和え　オクラのみそ汁 五目納豆		牛乳 みそもち
14	火	牛乳	ごはん　おでん ささみともやしの酢みそあえ　かきたま汁 のり佃煮		牛乳 薄焼きせんべい
15	水	ヨーグルト	ごはん　鮭のコーンマヨ焼き スパゲティソテー 豚肉ときゅうりのスープ　ふりかけ		牛乳 ロールケーキ
16	木	牛乳	わかめご飯　酢鶏 白菜とコーンのごまあえ ほうれん草のみそ汁		スキムミルク ツナサンド
17	金	牛乳	ミートボール　スパゲティサラダ　トマト	ごはん キャベツスープ	アイスクリーム
18	土	ヨーグルト	コーンシチュー　チキンナゲット シーフードサラダ	ロールパン	牛乳　クッキー
20	月	海の日			
21	火	牛乳	ごはん　大根のみそ煮込み ビーフンソテー 豆腐とわかめのすまし汁　ふりかけ		スキムミルク ミニドッグ
22	水	豆乳	ごはん　鮭フライ　ポテトサラダ トマト　小松菜のスープ		牛乳　クリームパン
23	木	牛乳	ごはん　柳川もどき ほうれん草のおかかあえ キャベツのみそ汁　味付けのり		ヤクルト えびせん
24	金	牛乳	わかめご飯　揚げだし豆腐　彩りあえ じゃがいものみそ汁		スキムミルク　ひねりあげ
25	土	ヨーグルト	冷やしうどん　ボイルブロッコリー フライドポテト	ごはん	牛乳　小魚せんべい
27	月	牛乳	チャーハン　きゅうりとわかめの酢の物 ウィンナー　もやしとにらのスープ		牛乳　おさつスティック
28	火	牛乳	ツナとコーンの炊き込みご飯 豆腐と肉のハンバーグ じゃがいもとベーコン炒め　トマト モロヘイヤスープ		アイスクリーム
29	水	ヨーグルト	ごはん　豆腐とえびの炒め煮 ほうれん草のごまあえ　白菜のみそ汁 ふりかけ		牛乳 コーンスナック
30	木	牛乳	ごはん　さばの竜田揚げ かぼちゃの煮物　豚汁　きゅうり漬け		スキムミルク　ピザトースト
31	金	牛乳	ごはん　シュウマイ 切り干し大根の煮物　レタススープ おろし納豆		りんごジュース ビスケット

☆17日(金)は、お楽しみランチです。
☆28日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2026年 6月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	月	野菜ジュース	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 ひじき煮　チンゲン菜のスープ		牛乳　ホットドッグ
2	火	牛乳	ごはん　根菜と豚肉の韓国風煮 わかめなたね　えのき茸のみそ汁 たくあん漬		スキムミルク ひねりあげ
3	水	ヨーグルト	ごはん　アジフライ ブロッコリーのサラダ　トマト キャベツとウィンナーのスープ煮		牛乳 おからドーナッツ
4	木	牛乳	わかめご飯　とり肉と野菜うま煮 磯辺あえ　たけのこのみそ汁		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
5	金	牛乳	ごはん　豚肉と厚揚げのみそ炒め きゅうりとシーチキンあえ　かきたま汁 味付けのり		カルピス 野菜スナック
6	土	ヨーグルト	たまごうどん　中華サラダ チキンナゲット	ごはん	牛乳　塩せんべい
8	月	牛乳	ごはん　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク 薄焼きせんべい
9	火	牛乳	ごはん　スパニッシュオムレツ ほうれん草ソテー　トマト 大根のみそ汁		ヨーグルト ウエハース
10	水	豆乳	ごはん　ギョーザ　パンサンスー 卵スープ　ふりかけ		牛乳　ホットケーキ
11	木	牛乳	ごはん　鮭のホイル焼き かぼちゃのそぼろかけ 小松菜のみそ汁　きゅうり漬け		スキムミルク コーンスナック
12	金	牛乳	ごはん　揚げ豆腐の野菜あんかけ ジャーマンポテト　もやしのみそ汁 スタミナ納豆		りんごジュース フレンチトースト
13	土	親子遠足			
15	月	りんごジュース	わかめご飯　和風ポトフ　春雨炒め煮 なすのみそ汁		牛乳　ウィンナーパイ
16	火	牛乳	ごはん　たらフライ　シルバーサラダ トマト　白菜のスープ		スキムミルク　クリームパン
17	水	ヨーグルト	ごはん　親子煮　ナムル わかめのみそ汁　ふりかけ		牛乳　えびせん
18	木	牛乳	ごはん　鯖のみそ煮　きんぴらごぼう 豆腐とわかめのすまし汁　おろし納豆		アイスクリーム
19	金	牛乳	ごはん　八宝菜　もやしごまあえ にらのみそ汁　のり佃煮		スキムミルク にんじんケーキ
20	土	プリン	クリームシチュー　ミモザサラダ フルーツヨーグルトあえ	黒糖ロールパン	牛乳　クッキー
22	月	牛乳	ごはん　赤魚のみりん焼き 小松菜と厚揚げの煮びたし 白菜のみそ汁　ふりかけ		スキムミルク ポテトスナック
23	火	牛乳	おにぎり　焼きそば　ちくわ納豆揚げ 揚げたこ焼き　煮込みハンバーグ ボイルブロッコリー　りんごジュース		アイスクリーム
24	水	豆乳	ごはん　麻婆豆腐　山吹あえ キャベツスープ　味付けのり		牛乳　ロールケーキ
25	木	牛乳	ハヤシライス　野菜サラダ 五目かきたま汁		スキムミルク　ホットサンド
26	金	牛乳	鶏の青のり揚げ ブロッコリーとコーンの炒めもの　トマト	ごはん オニオンスープ	ヤクルト スイートパンプキン
27	土	ヨーグルト	マカロニグラタン　チキンサラダ ポテトスープ	ジャムサンド	牛乳　揚げおかき
29	月	牛乳	チャーハン　きゅうりとわかめの酢の物 ウィンナー　レタススープ		オレンジゼリー 塩せんべい
30	火	牛乳	ごはん　切り干し大根入りビビンバ 煮あえ　じゃがいものみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　ビスケット

☆23日(火)は、お誕生会です。
☆26日(金)は、お楽しみランチです。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



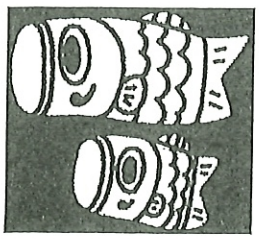
2026年 5月　保育園給食献立表　しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	金	牛乳	ごはん　ポテトコロッケ　小松菜のソテー トマト　キャベツスープ		スキムミルク 黒糖蒸しパン
2	土	ヨーグルト	ちゃんこうどん　チキンナゲット ツナサラダ	ごはん	牛乳　ウエハース
4	月	みどりの日			
5	火	こどもの日			
6	水	振替休日			
7	木	牛乳	わかめご飯　ほっけみりん焼き 切り干し大根の煮物 さつまいものみそ汁		スキムミルク ミニドッグ
8	金	牛乳	ごはん　たまご千草焼き ささみともやしの酢みそあえ えのきと豆腐のすまし汁　ふりかけ		りんごジュース 野菜スナック
9	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ キャベツとコーンのサラダ　ナポリタン	ジャムサンド	牛乳　揚げおかき
11	月	野菜ジュース	ごはん　ひき肉カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　クラッカー プロセスチーズ
12	火	牛乳	ごはん　手羽先と大根煮 キャベツの塩昆布和え　なすのみそ汁 五目納豆		スキムミルク スイートポテト
13	水	ヨーグルト	ごはん　魚のピカタ　スパゲティサラダ トマト　白菜のみそ汁		牛乳　えびせん
14	木	牛乳	ごはん　鶏肉とじゃがいも煮 ビーフンソテー 豆腐とわかめのすまし汁　たくあん漬		カルピス フルーツサンドイッチ
15	金	牛乳	ごはん　和風麻婆豆腐 ほうれん草とえのきのおひたし 卵スープ　味付けのり		ヨーグルト 薄焼きせんべい
16	土	プリン	じゃじゃ麺　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　パイ菓子
18	月	牛乳	ごはん　鮭フライ じゃがいもとベーコン炒め　トマト わかめのみそ汁		スキムミルク コーンスナック
19	火	牛乳	オムライス　エビフライ ブロッコリーのごまあえ スパゲティソテー　レタススープ		りんごジュース バナナクレープ
20	水	ヨーグルト	ごはん　肉豆腐 ほうれん草のおかかあえ キャベツのみそ汁　おろし納豆		牛乳 クリームパン
21	木	牛乳	ごはん　春巻き　しらすとわかめあえ かきたま汁　ふりかけ		スキムミルク　ビスケット
22	金	牛乳	ごはん　ほっけのから揚げ　炒り卵あえ じゃがいものみそ汁　のり佃煮		ヤクルト　米粉パン
23	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ フライドポテト	クロワッサン	牛乳　しょうゆせんべい
25	月	豆乳	チャーハン　きゅうりとわかめの酢の物 ウィンナー　小松菜のスープ		牛乳　お好み焼き
26	火	牛乳	鶏の唐揚げ　マカロニサラダ　トマト	ごはん キャベツスープ	ヨーグルト　バナナ
27	水	りんごジュース	わかめご飯　鯖の焼きびたし ふきの煮物　なめこのみそ汁		牛乳　ツナサンド
28	木	牛乳	ごはん　にぎやか親子煮 ほうれん草のごまあえ　そうめん汁		スキムミルク ポテトスナック
29	金	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ かぼちゃの煮物　大根のみそ汁 きゅうり漬け		野菜ジュース ロールケーキ
30	土	ヨーグルト	焼きそば　コーンサラダ オニオンスープ	バターロールパン	牛乳　クッキー

☆19日(火)は、お誕生会です。
☆26日(火)は、お楽しみランチです。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2026年 4月　保育園給食献立表　しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	水	ヨーグルト	ごはん　ほっけ焼き　煮あえ キャベツのみそ汁　ふりかけ		牛乳　ホットケーキ
2	木	牛乳	ごはん　大根のみそ煮込み　山吹あえ そうめん汁　味付けのり		りんごジュース 野菜スナック
3	金	牛乳	ごはん　ミートボール ブロッコリーとコーンの炒めもの　トマト ポテトスープ		スキムミルク にんじんケーキ
4	土	ヨーグルト	うどん　ミモザサラダ　チキンナゲット	ごはん	牛乳　パイ菓子
6	月	豆乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　クリームパン
7	火	牛乳	ごはん　シュウマイ　パンサンスー 白菜のスープ　おろし納豆		スキムミルク スイートパンプキン
8	水	野菜ジュース	ごはん　魚五目あんかけ　ひじき煮 なめこのみそ汁　きゅうり漬け		牛乳　ビスケット
9	木	牛乳	ごはん　鶏むね肉のチーズサンドフライ シルバーサラダ　トマト　レタススープ		ヨーグルト　塩せんべい
10	金	牛乳	ごはん　いり豆腐　わかめなたね 大根のみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　えびせん
11	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　揚げおかき
13	月	りんごジュース	わかめご飯 じゃがいもとひき肉カレー煮 小松菜と厚揚げの煮びたし たけのこのみそ汁		牛乳 クラッカー プロセスチーズ
14	火	牛乳	ごはん　豆腐と肉のハンバーグ ジャーマンポテト　トマト　コーンスープ		スキムミルク 薄焼きせんべい
15	水	ヨーグルト	ごはん　赤魚の煮付け　きんぴらごぼう なすのみそ汁　のり佃煮		牛乳　ピザトースト
16	木	牛乳	ごはん　卵焼き　磯辺あえ 豚汁		スキムミルク ポテトスナック
17	金	牛乳	ごはん　豆腐とえびの炒め煮 かぼちゃのそぼろかけ チンゲン菜のスープ　たくあん漬		ヤクルト みそもち
18	土	ヨーグルト	ハンペンのチーズサンドフライ チキンサラダ　トマト　オニオンスープ	ごはん	牛乳　しょうゆせんべい
20	月	牛乳	わかめご飯　肉じゃが　もやしごまあえ えのき茸のみそ汁		スキムミルク コーンスナック
21	火	牛乳	たけのこご飯　松風焼き　彩りあえ 五目かきたま汁		ぶどうジュース ココアドック
22	水	豆乳	ごはん　さばの竜田揚げ　春雨炒め煮 白菜のみそ汁　スタミナ納豆		牛乳　おさつスティック
23	木	牛乳	ごはん　柳川もどき きゅうりとシーチキンあえ わかめのみそ汁　ふりかけ		ヨーグルト 南部せんべい
24	金	牛乳	ごはん　メンチカツ　ほうれん草ソテー トマト　レタススープ		スキムミルク　ホットサンド
25	土	ヨーグルト	クリームシチュー　ブロッコリーのサラダ フライドポテト	黒糖ロールパン	牛乳　クッキー
27	月	りんごジュース	チャーハン　きゅうりとわかめの酢の物 ウィンナー　もやしとにらのスープ		牛乳　おからドーナッツ
28	火	牛乳	ごはん　鮭のコーンマヨ焼き　ナムル じゃがいものみそ汁　味付けのり		スキムミルク　ひねりあげ
29	水	昭和の日			
30	木	牛乳	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ 中華サラダ　小松菜のみそ汁　ふりかけ		カルピス　ロールケーキ

☆21日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。

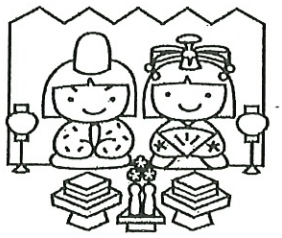


2026年 3月　保育園給食献立表　しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
2	月	牛乳	ごはん　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　おかき
3	火	牛乳	鮭ときゅうりのちらし寿司　とり天 ほうれん草とえのきのおひたし そうめん汁		ジョア　ロールケーキ ひなあられ
4	水	牛乳	ごはん　ほっけのから揚げ ビーフンソテー　なめこのみそ汁 おろし納豆		スキムミルク ウィンナーパイ
5	木	りんごジュース	ごはん　揚げ豆腐の野菜あんかけ 小松菜と油揚げの煮物　大根のみそ汁 ふりかけ		牛乳 ポテトスナック
6	金	牛乳	おにぎり　サンドイッチ チキンリブスティック　ラーメンサラダ ウィンナー　ボイルブロッコリー りんごジュース　ミニゼリー		ヨーグルト プリッツ
7	土	ヨーグルト	たまごうどん　チキンナゲット ツナサラダ	ごはん	牛乳　塩せんべい
9	月	野菜ジュース	ごはん　切り干し大根入りビビンバ キャベツの塩昆布和え　なすのみそ汁		牛乳　ビスケット
10	火	牛乳	ごはん　ギョーザ もやしときゅうりの三杯酢 じゃがいものみそ汁　味付けのり		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
11	水	ヨーグルト	ごはん　アジフライ　ポテトサラダ トマト　チンゲン菜のスープ		牛乳　フレンチトースト
12	木	牛乳	ごはん　おでん 白菜とコーンのごまあえ たけのこのみそ汁　ふりかけ		カルピス いももち
13	金	牛乳	わかめご飯　酢鶏 ほうれん草のおかかあえ キャベツスープ		スキムミルク 薄焼きせんべい
14	土	ヨーグルト	マカロニグラタン　ほうれん草ソテー オニオンスープ	ジャムサンド	牛乳　パイ菓子
16	月	牛乳	ごはん　根菜と豚肉の韓国風煮 じゃがいもとベーコン炒め わかめのみそ汁		スキムミルク 野菜スナック
17	火	牛乳	ごはん　ツナ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト　レタススープ ふりかけ		ヨーグルト 南部せんべい
18	水	豆乳	ごはん　鮭のホイル焼き　ふきの煮物 にらのみそ汁　のり佃煮		牛乳　焼き芋
19	木	牛乳	ごはん　豚肉と厚揚げのみそ炒め かぼちゃの煮物　春雨のすまし汁 きゅうり漬け		スキムミルク ツナサンド
20	金	春分の日			
21	土	ヨーグルト	スパニッシュオムレツ　スパゲティソテー トマト　白菜のスープ	ごはん	牛乳　小魚せんべい
23	月	りんごジュース	ごはん　麻婆豆腐　しらすとわかめあえ かきたま汁　ふりかけ		牛乳　えびせん
24	火	牛乳	わかめご飯　和風ポトフ ほうれん草のごまあえ　白菜のみそ汁		スキムミルク ロールケーキ
25	水	ヨーグルト	ごはん　たらフライ　マカロニサラダ トマト　キャベツとウィンナーのスープ煮		牛乳　肉まん
26	木	牛乳	ごはん　親子煮　すき昆布の煮物 ほうれん草のみそ汁　たくあん漬		オレンジゼリー しょうゆせんべい
27	金	牛乳	ごはん　鯖のみそ煮 切り干し大根の煮物 えのきと豆腐のすまし汁　五目納豆		スキムミルク ホットドッグ
28	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ フライドポテト	バターロールパン	牛乳　クッキー
30	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー もやしとにらのスープ		スキムミルク イギリストースト
31	火	牛乳	ハヤシライス　野菜サラダ　卵スープ		カルピス　コーンスナック

☆3日(火)は、お誕生会です。
☆6日(金)は、さよならパーティーです。バイキング式の給食になります。
※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2026年 2月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
2	月	牛乳	ごはん　手羽先と大根煮　春雨炒め煮 ほうれん草のみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　ビスケット
3	火	牛乳	キンパ　いなり寿司　ほっけみりん焼き きゅうりとシーチキンあえ えのきと豆腐のすまし汁		りんごジュース おからドーナッツ
4	水	ヨーグルト	わかめご飯　八宝菜　パンサンスー ポテトスープ		牛乳　お好み焼き
5	木	牛乳	ごはん　鶏の青のり揚げ スパゲティサラダ　トマト さつまいものみそ汁		カルピス 野菜スナック
6	金	牛乳	ごはん　和風麻婆豆腐　ナムル かきたま汁　味付けのり		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
7	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ　ナポリタン フライドポテト	ジャムサンド	牛乳　しょうゆせんべい
9	月	豆乳	ごはん　ひき肉カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　ミニドッグ
10	火	牛乳	ごはん　たまご千草焼き かぼちゃのそぼろかけ　なめこのみそ汁 五目納豆		スキムミルク ロールケーキ
11	水	建国記念の日			
12	木	牛乳	ごはん　魚のピカタ 切干大根のツナマヨサラダ　トマト キャベツスープ　味付けのり		スキムミルク ホットサンド
13	金	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ もやしごまあえ　大根のみそ汁 ふりかけ		ヤクルト 薄焼きせんべい
14	土	ヨーグルト	スパゲティ・ミートソース　チキンサラダ オニオンスープ	バターロールパン	牛乳　ウエハース
16	月	牛乳	ごはん　とり肉と野菜うま煮 わかめなたね　キャベツのみそ汁 たくあん漬		スキムミルク 黒糖蒸しパン
17	火	牛乳	焼きそばドッグ　タンドリーチキン ブロッコリーとコーンの炒めもの レタススープ		りんごジュース シュークリーム
18	水	ヨーグルト	わかめご飯　鯖の焼きびたし きんぴらごぼう　えのき茸のみそ汁		牛乳　スイートポテト
19	木	牛乳	ごはん　肉豆腐　磯辺あえ もやしのみそ汁　スタミナ納豆		ヨーグルト　南部せんべい
20	金	牛乳	ごはん　煮込みハンバーグ ジャーマンポテト　トマト 小松菜のスープ		スキムミルク えびせん
21	土	プリン	クリームシチュー　ミモザサラダ フルーツヨーグルトあえ	黒糖ロールパン	牛乳　揚げおかき
23	月	建国記念の日			
24	火	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー コーンスープ		カルピス ホットケーキ(クッキング)
25	水	豆乳	ごはん　鮭フライ　シルバーサラダ トマト　白菜のみそ汁		牛乳　クリームパン
26	木	牛乳	ごはん　にぎやか親子煮　ひじき煮 じゃがいものみそ汁　きゅうり漬け		スキムミルク コーンスナック
27	金	牛乳	ごはん　春巻き　山吹あえ チンゲン菜のスープ　ふりかけ		野菜ジュース フルーツサンドイッチ
28	土	ヨーグルト	じゃじゃ麺　中華サラダ　ゆで卵	ごはん	牛乳　クッキー

☆17日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2026年 1月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
5	月	豆乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 キャベツの塩昆布和え　卵スープ ふりかけ		牛乳 ビスケット
6	火	牛乳	ごはん　揚げだし豆腐 ほうれん草とえのきのおひたし じゃがいものみそ汁　味付けのり		スキムミルク ホットドッグ
7	水	ヨーグルト	わかめご飯　大根のみそ煮込み もやしときゅうりの三杯酢 春雨のすまし汁		牛乳 もち
8	木	牛乳	ごはん　さばの竜田揚げ すき昆布の煮物　なめこのみそ汁 五目納豆		カルピス 野菜スナック
9	金	牛乳	ごはん　ミートボール　ポテトサラダ トマト　キャベツスープ		スキムミルク にんじんケーキ
10	土	ヨーグルト	ちゃんこうどん　ほうれん草ソテー フライドポテト	ごはん	牛乳　塩せんべい
12	月	成人の日			
13	火	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク コーンスナック
14	水	りんごジュース	ごはん　魚五目あんかけ もやしごまあえ　ほうれん草のみそ汁 のり佃煮		牛乳 みそもち
15	木	牛乳	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ かぼちゃの煮物　かきたま汁 きゅうり漬け		ヨーグルト バナナ
16	金	牛乳	ごはん　赤魚の煮付け 切り干し大根の煮物　豆乳みそ汁 ふりかけ		スキムミルク ピザトースト
17	土	ヨーグルト	コーンオムレツ　スパゲティソテー トマト　ポテトスープ	ごはん	牛乳　クッキー
19	月	牛乳	ごはん　肉じゃが 小松菜と油揚げの煮物 えのき茸のみそ汁　たくあん漬		スキムミルク 薄焼きせんべい
20	火	牛乳	ごはん　シュウマイ　ビーフンソテー 白菜のスープ　おろし納豆		りんごジュース スイートパンプキン
21	水	ヨーグルト	ごはん　いり豆腐　しらすとわかめあえ 大根のみそ汁　ふりかけ		牛乳　ポテトスナック
22	木	牛乳	わかめご飯　ほっけ焼き　ふきの煮物 けんちん汁		ヤクルト　ツナサンド
23	金	牛乳	ごはん　柳川もどき ほうれん草のごまあえ たけのこのみそ汁		スキムミルク ロールケーキ
24	土	ヨーグルト	コーンシチュー　チキンナゲット シーフードサラダ	バターロールパン	牛乳　小魚せんべい
26	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー 小松菜のスープ		スキムミルク　肉まん
27	火	牛乳	ひじきご飯　松風焼き　ツナサラダ すいとん		スポロン　ワッフル
28	水	野菜ジュース	ごはん　鮭のコーンマヨ焼き 白菜とコーンのごまあえ 小松菜のみそ汁　ふりかけ		牛乳 おさつスティック
29	木	牛乳	ごはん　メンチカツ　マカロニサラダ トマト　レタススープ		スキムミルク　えびせん
30	金	牛乳	ごはん　豆腐とえびの炒め煮 ほうれん草のおかかあえ キャベツのみそ汁　味付けのり		ヨーグルト しょうゆせんべい
31	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　パイ菓子

☆27日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 12月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	月	豆乳	ごはん　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　ホットケーキ
2	火	牛乳	ごはん　揚げ豆腐の野菜あんかけ 山吹あえ　もやしのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　焼き芋
3	水	ヨーグルト	ごはん　鯖のみそ煮　きんぴらごぼう 五目かきたま汁　おろし納豆		牛乳　クロワッサン
4	木	牛乳	ごはん　切り干し大根入りビビンバ パンサンスー　レタススープ 味付けのり		りんごジュース ポテトスナック
5	金	牛乳	ごはん　サケ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト わかめのみそ汁		スキムミルク ロールケーキ
6	土	ヨーグルト	スパニッシュオムレツ　チキンサラダ キャベツスープ	ごはん	牛乳　しょうゆせんべい
8	月	牛乳	ごはん　おでん　わかめなたね 白菜のみそ汁　ふりかけ		ヤクルト　いももち
9	火	牛乳	わかめご飯　ギョーザ ブロッコリーとコーンの炒めもの ポテトスープ		スキムミルク おかき
10	水	野菜ジュース	ごはん　たらフライ　スパゲティサラダ トマト　なめこのみそ汁		牛乳 フルーツサンドイッチ
11	木	牛乳	ごはん　根菜と豚肉の韓国風煮 春雨炒め煮　卵スープ　のり佃煮		ヨーグルト　南部せんべい
12	金	牛乳	ごはん　卵焼き　ひじき煮 豚汁　きゅうり漬け		スキムミルク コーンスナック
13	土	ヨーグルト	うどん　中華サラダ　フライドポテト	ごはん	牛乳　クッキー
15	月	りんごジュース	ごはん　鮭のホイル焼き かぼちゃのそぼろかけ ほうれん草のみそ汁　味付けのり		牛乳 ウィンナーパイ
16	火	牛乳	ごはん　鶏肉とじゃがいも煮　磯辺あえ えのきと豆腐のすまし汁　たくあん漬		スキムミルク 薄焼きせんべい
17	水	ヨーグルト	ごはん　にぎやか親子煮 きゅうりとシーチキンあえ　大根のみそ汁 ふりかけ		牛乳 野菜スナック
18	木	牛乳	ごはん　豆腐と肉のハンバーグ ジャーマンポテト　トマト　白菜のスープ		スキムミルク　ビスケット
19	金	牛乳	ごはん　ほっけのから揚げ　煮あえ じゃがいものみそ汁　スタミナ納豆		野菜ジュース ホットサンド
20	土	ヨーグルト	焼きそば　ミモザサラダ オニオンスープ	ごはん	牛乳　揚げおかき
22	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー キャベツスープ		スキムミルク　えびせん
23	火	牛乳	ケチャップライス　鶏の唐揚げ マカロニグラタン　ボイルブロッコリー コーンスープ		りんごジュース バナナクレープ
24	水	ヨーグルト	わかめご飯　アジフライ 切干大根のツナマヨサラダ　トマト えのき茸のみそ汁		牛乳 クリームパン
25	木	牛乳	ハヤシライス　野菜サラダ チンゲン菜のスープ		カルピス おからドーナッツ
26	金	牛乳	ごはん　麻婆豆腐　ナムル かきたま汁　ふりかけ		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
27	土	プリン	クリームシチュー　ブロッコリーのサラダ フルーツヨーグルトあえ	ジャムサンド	牛乳　ウエハース

☆23日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 11月　保育園給食献立表

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	土	プリン	じゃじゃ麺　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　ウエハース
3	月	文化の日			
4	火	牛乳	ごはん　鯖の焼きびたし　ふきの煮物 わかめのみそ汁　味付けのり		スキムミルク コーンスナック
5	水	ヨーグルト	わかめご飯　和風麻婆豆腐 ほうれん草のごまあえ　五目かきたま汁		牛乳 クッキー(クッキング)
6	木	牛乳	ごはん　ポテトコロッケ　小松菜のソテー トマト　白菜のスープ　ふりかけ		りんごジュース ロールケーキ
7	金	牛乳	ごはん　たまご千草焼き もやしときゅうりの三杯酢　なすのみそ汁 おろし納豆		スキムミルク ツナサンド
8	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ　ナポリタン フライドポテト	バターロールパン	牛乳　揚げおかき
10	月	牛乳	ごはん　ひき肉カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　ミニドッグ
11	火	牛乳	ごはん　手羽先と大根煮 ビーフンソテー 豆腐とわかめのすまし汁		ヤクルト ポテトスナック
12	水	豆乳	ごはん　赤魚の煮付け 切り干し大根の煮物　小松菜のみそ汁 のり佃煮		牛乳 ホットドッグ
13	木	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ ほうれん草とえのきのおひたし さつまいものみそ汁　ふりかけ		ヨーグルト バナナ
14	金	牛乳	わかめご飯 鶏むね肉のチーズサンドフライ マカロニサラダ　トマト　オニオンスープ		スキムミルク ビスケット
15	土	ヨーグルト	スパゲティ・ミートソース　コーンサラダ ポテトスープ	ジャムサンド	牛乳　クッキー
17	月	りんごジュース	ごはん　和風ポトフ キャベツの塩昆布和え たけのこのみそ汁　五目納豆		牛乳 お好み焼き
18	火	牛乳	ごはん　ほっけみりん焼き すき昆布の煮物　せんべい汁 きゅうり漬け		スキムミルク しょうゆせんべい
19	水	ヨーグルト	ごはん　春巻き ほうれん草のおかかあえ なめこのみそ汁　味付けのり		牛乳 ピザトースト
20	木	牛乳	ごはん　肉豆腐　しらすとわかめあえ 大根のみそ汁　ふりかけ		カルピス　ビスケット
21	金	牛乳	ごはん　魚のピカタ　ポテトサラダ トマト　キャベツのみそ汁		スキムミルク 黒糖蒸しパン
22	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ チキンナゲット	黒糖ロールパン	牛乳　パイ菓子
24	月	振替休日			
25	火	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー 小松菜のスープ		スキムミルク　えびせん
26	水	牛乳	おにぎり　焼きうどん　豚肉の野菜巻き 鶏つくねと大根の煮物　ミニドッグ チョレギサラダ　りんごジュース		ヨーグルト プリッツ
27	木	牛乳	ごはん　鮭フライ　ほうれん草ソテー トマト　きのこのみそ汁　ふりかけ		野菜ジュース スイートパンプキン
28	金	牛乳	ごはん　親子煮 白菜とコーンのごまあえ じゃがいものみそ汁　たくあん漬		スキムミルク クリームパン
29	土	プリン	みそラーメン　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　塩せんべい

☆26日(水)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 10月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	水	ヨーグルト	ごはん　さばの竜田揚げ　煮あえ なすのみそ汁　きゅうり漬け		牛乳　ホットケーキ
2	木	牛乳	わかめご飯　豆腐とえびの炒め煮 シルバーサラダ　キャベツスープ		りんごジュース ポテトスナック
3	金	牛乳	ごはん　肉じゃが　わかめなたね えのき茸のみそ汁　ふりかけ		スキムミルク ロールケーキ
4	土	運動会			
6	月	牛乳	ごはん　ほっけ焼き　山吹あえ 大根のみそ汁　のり佃煮		スキムミルク　ビスケット
7	火	牛乳	ごはん　松風焼き ブロッコリーとコーンの炒めもの 春雨のすまし汁　おろし納豆		野菜ジュース 薄焼きせんべい
8	水	ヨーグルト	ごはん　柳川もどき　ひじき煮 小松菜のみそ汁　ふりかけ		牛乳　焼き芋
9	木	牛乳	ごはん　鶏の青のり揚げ 切干大根のツナマヨサラダ　トマト コーンスープ		スキムミルク フレンチトースト
10	金	牛乳	ごはん　いり豆腐 きゅうりとシーチキンあえ　白菜のみそ汁 味付けのり		カルピス コーンスナック
11	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　パイ菓子
13	月	スポーツの日			
14	火	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク イギリストースト
15	水	りんごジュース	ごはん　赤魚の煮付け　きんぴらごぼう きのこのみそ汁　たくあん漬		牛乳　おからドーナッツ
16	木	牛乳	ごはん　揚げだし豆腐　磯辺あえ じゃがいものみそ汁　ふりかけ		ヨーグルト　南部せんべい
17	金	牛乳	ごはん　メンチカツ　ツナサラダ トマト　小松菜のスープ		スキムミルク にんじんケーキ
18	土	ヨーグルト	クリームシチュー　チキンナゲット 中華サラダ	ジャムサンド	牛乳　クッキー
20	月	牛乳	ごはん　とり肉と野菜うま煮 小松菜と油揚げの煮物 たけのこのみそ汁　のり佃煮		スキムミルク おかき
21	火	牛乳	五目炊き込みご飯　エビフライ　信田煮 ブロッコリーのごまあえ キャベツのみそ汁		ぶどうジュース バナナケーキ
22	水	ヨーグルト	ごはん　魚五目あんかけ もやしごまあえ　卵スープ　スタミナ納豆		牛乳　ホットサンド
23	木	牛乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 ナムル　わかめのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　えびせん
24	金	牛乳	ごはん　八宝菜　パンサンスー ポテトスープ　味付けのり		ヤクルト　みそもち
25	土	ヨーグルト	ちゃんこうどん　ボイルブロッコリー フライドポテト	ごはん	牛乳　クッキー
27	月	野菜ジュース	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー もやしとにらのスープ		牛乳　スイートポテト
28	火	牛乳	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ ジャーマンポテト　かきたま汁　ふりかけ		ヨーグルト　塩せんべい
29	水	豆乳	わかめご飯　鮭のコーンマヨ焼き かぼちゃのそぼろかけ　なめこのみそ汁		牛乳　肉まん
30	木	牛乳	ごはん　シュウマイ　春雨炒め煮 さつまいものみそ汁　きゅうり漬け		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
31	金	牛乳	ごはん　コーンオムレツ スパゲティソテー　トマト キャベツとウィンナーのスープ煮		カルピス 野菜スナック

☆21日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 9月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	月	牛乳	わかめご飯　ほっけのから揚げ ビーフンソテー　えのき茸のみそ汁		スキムミルク 野菜スナック
2	火	牛乳	ごはん　ギョーザ　しらすとわかめあえ コーンスープ　ふりかけ		りんごジュース　ミニドッグ
3	水	ヨーグルト	ミートボール　スパゲティサラダ　トマト	ごはん 白菜のスープ	牛乳　おさつスティック
4	木	牛乳	ごはん　にぎやか親子煮 ほうれん草のごまあえ　なすのみそ汁 おろし納豆		アイスクリーム
5	金	牛乳	ごはん　揚げ豆腐の野菜あんかけ かぼちゃの煮物　きゅうり漬け たけのこのみそ汁		スキムミルク ビスケット
6	土	ヨーグルト	焼きそば　コーンサラダ チンゲン菜のスープ	ごはん	牛乳　塩せんべい
8	月	豆乳	ハヤシライス　野菜サラダ わかめスープ		牛乳　薄焼きせんべい
9	火	牛乳	カレーピラフ　豆腐と肉のハンバーグ ナポリタン　フライドポテト 小松菜のスープ		ジョア ココアドック
10	水	野菜ジュース	ごはん　アジフライ　チキンサラダ トマト　大根のみそ汁		牛乳　ポテトスナック
11	木	牛乳	ごはん　鶏肉とじゃがいも煮 ほうれん草とえのきのおひたし 豆腐とわかめのすまし汁　ふりかけ		アイスクリーム
12	金	牛乳	ごはん　切り干し大根入りビビンバ ふきの煮物　じゃがいものみそ汁 味付けのり		スキムミルク ツナサンド
13	土	プリン	コーンシチュー　ブロッコリーのサラダ フルーツヨーグルトあえ	ロールパン	牛乳　クッキー
15	月	敬老の日			
16	火	牛乳	ごはん　レトルトカレー　スポロン バナナ		スキムミルク　ホットドッグ
17	水	ヨーグルト	ごはん　鯖のみそ煮 切り干し大根の煮物 えのきと豆腐のすまし汁　ふりかけ		牛乳 いももち
18	木	牛乳	ごはん　麻婆豆腐 もやしときゅうりの三杯酢　かきたま汁 のり佃煮		スキムミルク コーンスナック
19	金	牛乳	ごはん　たらフライ　ポテトサラダ トマト　キャベツのみそ汁		カルピス　お好み焼き
20	土	ヨーグルト	マカロニグラタン　シーフードサラダ ポテトスープ	ジャムサンド	牛乳　小魚せんべい
22	月	牛乳	ごはん　ツナ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト オニオンスープ		スキムミルク えびせん
23	火	秋分の日			
24	水	りんごジュース	わかめご飯　鮭のホイル焼き すき昆布の煮物　なめこのみそ汁		牛乳　ウィンナーパイ
25	木	牛乳	ごはん　根菜と豚肉の韓国風煮 ほうれん草のおかかあえ　白菜のスープ 五目納豆		スキムミルク フルーツサンドイッチ
26	金	牛乳	ごはん　おでん　キャベツの塩昆布和え にらのみそ汁　ふりかけ		ヨーグルト しょうゆせんべい
27	土	ヨーグルト	スパニッシュオムレツ　ほうれん草ソテー トマト　わかめスープ	ごはん	牛乳　ウエハース
29	月	豆乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー レタススープ		牛乳　スイートパンプキン
30	火	牛乳	ごはん　大根のみそ煮込み 白菜とコーンのごまあえ 五目かきたま汁　味付けのり		スキムミルク クリームパン

☆3日(水)は、お楽しみランチです。
☆9日(火)は、お誕生会です。
☆16日(火)は、非常食献立です。(つぼみ組は除く)
※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 8月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	金	牛乳	わかめご飯　たまご千草焼き 春雨炒め煮　キャベツスープ		カルピス　えびせん
2	土	ヨーグルト	クリームシチュー　ミモザサラダ フライドポテト	バターロールパン	牛乳　パイ菓子
4	月	豆乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 パンサンスー　レタススープ 味付けのり		牛乳 おからドーナッツ
5	火	牛乳	ごはん　肉豆腐　かぼちゃのそぼろかけ オクラのみそ汁　きゅうり漬け		スイカ
6	水	ヨーグルト	ごはん　鯖の焼きびたし　ひじき煮 なすのみそ汁　ふりかけ		牛乳　ピザトースト
7	木	牛乳	ごはん　煮込みハンバーグ じゃがいもとベーコン炒め　トマト 小松菜のスープ		アイスクリーム
8	金	牛乳	ごはん　手羽先と大根煮　磯辺あえ なめこのみそ汁　五目納豆		牛乳　コーンスナック
9	土	プリン	じゃじゃ麺　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　しょうゆせんべい
11	月	山の日			
12	火	牛乳	ごはん　ほっけみりん焼き きんぴらごぼう　わかめのみそ汁 ふりかけ		スキムミルク ロールケーキ
13	水	りんごジュース	クロワッサン　焼きそば　中華サラダ コーンスープ		牛乳　ポテトスナック
14	木	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		アイスクリーム
15	金	牛乳	ごはん　豆腐とえびの炒め煮 ほうれん草のおひたし　キャベツスープ		りんごジュース　ビスケット
16	土	ヨーグルト	そうめん　チキンナゲット　トマト	ごはん	牛乳　小魚せんべい
18	月	牛乳	ごはん　夏野菜カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　ホットケーキ
19	火	牛乳	ごはん　和風ポトフ　山吹あえ えのき茸のみそ汁　おろし納豆		ヨーグルト　塩せんべい
20	水	野菜ジュース	ごはん　親子煮 きゅうりとシーチキンあえ　大根のみそ汁 ふりかけ		牛乳 ポテトスナック
21	木	牛乳	ごはん　鮭フライ　シルバーサラダ トマト　ポテトスープ		ヤクルト　黒糖蒸しパン
22	金	牛乳	ごはん　和風麻婆豆腐　ナムル かきたま汁　味付けのり		アイスクリーム
23	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ　スパゲティソテー チキンナゲット	ジャムサンド	牛乳　クッキー
25	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー もやしとにらのスープ		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
26	火	牛乳	わかめご飯　冷やしラーメン　春巻き ブロッコリーとコーンの炒めもの		アイスクリーム
27	水	ヨーグルト	魚のピカタ　マカロニサラダ　トマト じゃがいものみそ汁　のり佃煮		牛乳　にんじんケーキ
28	木	牛乳	そうめん　フランクフルト　卵焼き ボイルブロッコリー	ごはん	プリン　南部せんべい
29	金	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ わかめなたね　キャベツのみそ汁 たくあん漬		スキムミルク ホットサンド
30	土	ヨーグルト	ハンペンのチーズサンドフライ ツナサラダ　トマト　オニオンスープ	ごはん	牛乳　揚げおかき

☆26日(火)は、お誕生会です。
☆28日(木)は、お楽しみランチです。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 7月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	火	牛乳	ごはん　赤魚の煮付け 切り干し大根の煮物　オクラのみそ汁 味付けのり		カルピス ポテトスナック
2	水	ヨーグルト	ごはん　松風焼き　ビーフンソテー レタススープ		牛乳　スイートパンプキン
3	木	牛乳	ごはん　いり豆腐　しらすとわかめあえ 白菜のみそ汁　ふりかけ		アイスクリーム
4	金	牛乳	わかめご飯　肉じゃが ほうれん草のおかかあえ　なすのみそ汁		スキムミルク　ホットドッグ
5	土	ヨーグルト	コーンオムレツ　ジャーマンポテト トマト　キャベツスープ	ごはん	牛乳　小魚せんべい
7	月	牛乳	ごはん　七夕そうめん　シュウマイ ほうれん草ソテー		オレンジゼリー 塩せんべい
8	火	牛乳	ごはん　酢鶏　キャベツの塩昆布和え えのき茸のみそ汁　ふりかけ		牛乳　クリームパン
9	水	豆乳	ごはん　鮭のコーンマヨ焼き ささみともやしの酢みそあえ 小松菜のスープ		牛乳 お好み焼き
10	木	牛乳	ごはん　揚げだし豆腐 切干大根のツナマヨサラダ ほうれん草のみそ汁		りんごジュース 野菜スナック
11	金	牛乳	チキンリブスティック ブロッコリーのごまあえ　トマト	ごはん 白菜のスープ	アイスクリーム
12	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ フライドポテト	黒糖ロールパン	牛乳　ウエハース
14	月	野菜ジュース	ごはん　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　ビスケット
15	火	牛乳	ごはん　メンチカツ　ポテトサラダ トマト　チンゲン菜のスープ		カルピス　ウィンナーパイ
16	水	ヨーグルト	ごはん　柳川もどき ほうれん草のごまあえ キャベツのみそ汁　ふりかけ		牛乳 えびせん
17	木	牛乳	ごはん　魚五目あんかけ　ふきの煮物 豆腐とわかめのすまし汁　きゅうり漬け		アイスクリーム
18	金	牛乳	ごはん　豆腐とえびの炒め煮 もやしときゅうりの三杯酢　大根のみそ汁 スタミナ納豆		スキムミルク ツナサンド
19	土	ヨーグルト	スパゲティ・ミートソース　中華サラダ ポテトスープ	ジャムサンド	牛乳　しょうゆせんべい
21	月	海の日			
22	火	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー 白菜のスープ		ヤクルト　豆腐だんご
23	水	りんごジュース	わかめご飯　さばの竜田揚げ　煮あえ じゃがいものみそ汁		牛乳　薄焼きせんべい
24	木	牛乳	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ 白菜とコーンのごまあえ　かきたま汁 たくあん漬		スキムミルク 黒糖蒸しパン
25	金	牛乳	ごはん　ポテトコロッケ　小松菜のソテー トマト　わかめのみそ汁		ヨーグルト　クッキー
26	土	ヨーグルト	冷やしうどん　チキンナゲット ボイルブロッコリー	ごはん	
28	月	牛乳	ごはん　ほっけ焼き ほうれん草とえのきのおひたし なめこのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク 野菜スナック
29	火	牛乳	ツナとコーンの炊き込みご飯 スコッチエッグ　チキンサラダ モロヘイヤスープ		アイスクリーム
30	水	ヨーグルト	ごはん　八宝菜　かぼちゃの煮物 えのきと豆腐のすまし汁　味付けのり		牛乳 フルーツサンドイッチ
31	木	牛乳	ごはん　とり肉と野菜うま煮 小松菜と油揚げの煮物　にらのみそ汁 おろし納豆		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ

☆11日(金)は、お楽しみランチです。
☆29日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 6月　保育園給食献立表　しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
2	月	野菜ジュース	ごはん　ひき肉カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　野菜スナック
3	火	牛乳	ごはん　アジフライ　マカロニサラダ トマト　白菜のみそ汁　おろし納豆		スキムミルク　クリームパン
4	水	ヨーグルト	ごはん　おでん　わかめなたね ほうれん草のみそ汁　ふりかけ		牛乳　ホットケーキ
5	木	牛乳	ごはん　ギョーザ　ナムル 豆乳スープ　味付けのり		りんごジュース　ビスケット
6	金	牛乳	わかめご飯　スパニッシュオムレツ スパゲティソテー　トマト えのき茸のみそ汁		スキムミルク にんじんケーキ
7	土	ヨーグルト	マカロニグラタン　ミモザサラダ ポテトスープ	ジャムサンド	牛乳　パイ菓子
9	月	牛乳	ごはん　根菜と豚肉の韓国風煮 すき昆布の煮物　なすのみそ汁		スキムミルク ポテトスナック
10	火	牛乳	ミートボール　じゃがいもとベーコン炒め トマト	ごはん 豆腐のすまし汁	アイスクリーム
11	水	りんごジュース	ごはん　鮭のホイル焼き かぼちゃのそぼろかけ　かきたま汁 きゅうり漬け		牛乳 おからドーナッツ
12	木	牛乳	ごはん　麻婆豆腐　山吹あえ チンゲン菜のスープ　ふりかけ		ヨーグルト　南部せんべい
13	金	牛乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 もやしごまあえ　大根のみそ汁 のり佃煮		スキムミルク ピザトースト
14	土	ヨーグルト	クリームシチュー　ミモザサラダ フライドポテト	バターロールパン	牛乳　しょうゆせんべい
16	月	豆乳	ごはん　切り干し大根入りビビンバ パンサンスー　卵スープ		牛乳　えびせん
17	火	牛乳	ごはん　ほっけのから揚げ　ひじき煮 じゃがいものみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　ミニドッグ
18	水	ヨーグルト	ごはん　にぎやか親子煮 きゅうりとシーチキンあえ キャベツのみそ汁　味付けのり		牛乳 クロワッサン
19	木	牛乳	ごはん　豆腐と肉のハンバーグ ブロッコリーとコーンの炒めもの　トマト レタススープ		ヤクルト おさつスティック
20	金	牛乳	わかめご飯　鯖のみそ煮 きんぴらごぼう　えのきと豆腐のすまし汁		スキムミルク　おかき
21	土	親子遠足			
23	月	牛乳	ごはん　鶏肉とじゃがいも煮 春雨炒め煮　五目かきたま汁 たくあん漬		スキムミルク コーンスナック
24	火	牛乳	おにぎり　焼きそば　ローストチキン ちくわ納豆揚げ　ブロッコリーのサラダ フライドポテト　カルピス		アイスクリーム
25	水	りんごジュース	ごはん　たらフライ　スパゲティサラダ トマト　なめこのみそ汁　ふりかけ		牛乳　ロールケーキ
26	木	牛乳	ごはん　揚げ豆腐の野菜あんかけ 磯辺あえ　たけのこのみそ汁 五目納豆		ヨーグルト 塩せんべい
27	金	牛乳	ハヤシライス　野菜サラダ キャベツスープ		野菜ジュース ホットサンド
28	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　クッキー
30	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー 小松菜のスープ		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ

☆10日(火)は、お楽しみランチです。
☆24日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 5月　保育園給食献立表

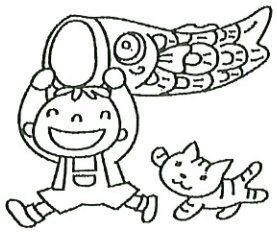
しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	木	牛乳	ごはん　和風麻婆豆腐 ほうれん草とえのきのおひたし かきたま汁　味付けのり		スキムミルク クリームパン
2	金	牛乳	ごはん　たまご千草焼き 切り干し大根の煮物　たけのこのみそ汁 ふりかけ		ヨーグルト しょうゆせんべい
3	土	憲法記念日			
5	月	こどもの日			
6	火	振替休日			
7	水	ヨーグルト	ごはん　鮭フライ　ポテトサラダ トマト　小松菜のスープ		牛乳　お好み焼き
8	木	牛乳	ごはん　和風ポトフ もやしときゅうりの三杯酢 なめこのみそ汁　おろし納豆		りんごジュース ポテトスナック
9	金	牛乳	わかめご飯　豚肉と厚揚げのみそ炒め ほうれん草のごまあえ　春雨のすまし汁		スキムミルク　ツナサンド
10	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ　ナポリタン ウィンナー	クロワッサン	牛乳　クッキー
12	月	豆乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　ロールケーキ
13	火	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ キャベツの塩昆布和え　にらのみそ汁 ふりかけ		スキムミルク スイートポテト
14	水	りんごジュース	ごはん　魚のピカタ　ほうれん草ソテー トマト　豚肉ときゅうりのスープ　のり佃煮		牛乳　ホットドッグ
15	木	牛乳	ごはん　春巻き　ジャーマンポテト なすのみそ汁　きゅうり漬け		プリン　南部せんべい
16	金	牛乳	ごはん　親子煮 小松菜と油揚げの煮物 わかめのみそ汁　味付けのり		スキムミルク コーンスナック
17	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ チキンナゲット	ジャムサンド	牛乳　小魚せんべい
19	月	牛乳	わかめご飯　手羽先と大根煮 白菜とコーンのごまあえ じゃがいものみそ汁		オレンジゼリー 塩せんべい
20	火	牛乳	オムライス　エビフライ　チキンサラダ キャベツとウィンナーのスープ煮		ぶどうジュース バナナクレープ
21	水	ヨーグルト	ごはん　肉豆腐　しらすとわかめあえ 大根のみそ汁　ふりかけ		牛乳　ビスケット
22	木	牛乳	ごはん　鯖の焼きびたし ビーフンソテー　キャベツのみそ汁 スタミナ納豆		ヤクルト ウィンナーパイ
23	金	牛乳	ごはん　ツナ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト　コーンスープ		スキムミルク　えびせん
24	土	ヨーグルト	カレーうどん　中華サラダ フライドポテト	ごはん	牛乳　ウエハース
26	月	豆乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー 卵スープ		牛乳　みそもち
27	火	牛乳	鶏の唐揚げ　卵焼き ボイルブロッコリー	ごはん ポテトスープ	ヨーグルト しょうゆせんべい
28	水	野菜ジュース	ごはん　ほっけみりん焼き かぼちゃの煮物　豚汁　ふりかけ		牛乳　クラッカー プロセスチーズ
29	木	牛乳	ごはん　大根のみそ煮込み ほうれん草のおかかあえ 豆腐とわかめのすまし汁		スキムミルク フレンチトースト
30	金	牛乳	ごはん　ハンペンのチーズサンドフライ 切干大根のツナマヨサラダ　トマト もやしのみそ汁　たくあん漬		カルピス 薄焼きせんべい
31	土	プリン	じゃじゃ麺　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　揚げおかき

☆20日(火)は、お誕生会です。
☆27日(火)は、お楽しみランチです。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 4月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	火	牛乳	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ ナムル　たけのこのみそ汁		スキムミルク　ビスケット
2	水	ヨーグルト	ごはん　赤魚の煮付け かぼちゃのそぼろかけ　大根のみそ汁 味付けのり		牛乳 ホットケーキ
3	木	牛乳	ごはん　卵焼き　ひじき煮 せんべい汁　ふりかけ		りんごジュース コーンスナック
4	金	牛乳	ごはん　松風焼き　ほうれん草ソテー トマト　ポテトスープ		スキムミルク　バナナ
5	土	ヨーグルト	ちゃんこうどん　ボイルブロッコリー フライドポテト	ごはん	牛乳　小魚せんべい
7	月	豆乳	ごはん　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　ロールケーキ
8	火	牛乳	わかめご飯　豆腐とえびの炒め煮 もやしごまあえ　春雨のすまし汁		スキムミルク 薄焼きせんべい
9	水	ヨーグルト	ごはん　さばの竜田揚げ　ふきの煮物 さつまいものみそ汁　おろし納豆		牛乳 フルーツサンドイッチ
10	木	牛乳	ごはん　ポテトコロッケ　小松菜のソテー トマト　コーンスープ		ヤクルト　えびせん
11	金	牛乳	ごはん　シュウマイ　パンサンスー なめこのみそ汁　のり佃煮		スキムミルク　焼き芋
12	土	ヨーグルト	焼きそば　ミモザサラダ オニオンスープ	黒糖ロールパン	牛乳　クッキー
14	月	牛乳	ごはん　肉じゃが　磯辺あえ もやしのみそ汁　ふりかけ		カルピス おからドーナッツ
15	火	牛乳	ごはん　揚げだし豆腐　きんぴらごぼう 五目かきたま汁　味付けのり		スキムミルク ポテトスナック
16	水	りんごジュース	ごはん　魚五目あんかけ すき昆布の煮物　小松菜のみそ汁 きゅうり漬け		牛乳 いももち
17	木	牛乳	ごはん　煮込みハンバーグ ブロッコリーとコーンの炒めもの　トマト レタススープ		スキムミルク クリームパン
18	金	牛乳	ごはん　柳川もどき きゅうりとシーチキンあえ わかめのみそ汁		プリン 南部せんべい
19	土	ヨーグルト	スパゲティ・ミートソース　コーンサラダ 白菜のスープ	ジャムサンド	牛乳　しょうゆせんべい
21	月	豆乳	ごはん　とり肉と野菜うま煮 わかめなたね　なすのみそ汁 たくあん漬		牛乳 黒糖蒸しパン
22	火	牛乳	たけのこご飯　鶏の青のり揚げ えびとブロッコリーのマヨ炒め そうめん汁		りんごジュース チーズドッグ
23	水	ヨーグルト	ごはん　いり豆腐　山吹あえ キャベツのみそ汁　ふりかけ		牛乳　野菜スナック
24	木	牛乳	わかめご飯　鮭のコーンマヨ焼き スパゲティソテー　チンゲン菜のスープ		スキムミルク　ホットサンド
25	金	牛乳	ごはん　メンチカツ　マカロニサラダ トマト　じゃがいものみそ汁		カルピス　おかき
26	土	ヨーグルト	クリームシチュー　ツナサラダ フライドポテト	バターロールパン	牛乳　揚げおかき
28	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー もやしとにらのスープ		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
29	火	昭和の日			
30	水	野菜ジュース	ごはん　ほっけ焼き　春雨炒め煮 えのき茸のみそ汁　五目納豆		牛乳　スイートパンプキン

☆22日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 3月　保育園給食献立表

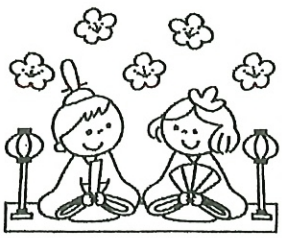
しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	土	ヨーグルト	たまごうどん　中華サラダ チキンナゲット	ごはん	牛乳　揚げおかき
3	月	牛乳	そぼろちらし　ほっけのから揚げ 煮あえ　しじみのすまし汁		ジョア　ロールケーキ ひなあられ
4	火	牛乳	ごはん　八宝菜 もやしときゅうりの三杯酢　にらのみそ汁 のり佃煮		スキムミルク 薄焼きせんべい
5	水	ヨーグルト	ごはん　鶏肉とじゃがいも煮 ほうれん草とえのきのおひたし 豆腐とわかめのすまし汁		牛乳 お好み焼き
6	木	牛乳	ごはん　揚げ豆腐の野菜あんかけ かぼちゃの煮物　大根のみそ汁 スタミナ納豆		りんごジュース ポテトスナック
7	金	牛乳	わかめご飯　アジフライ　ポテトサラダ トマト　豆乳スープ		スキムミルク　ミニドッグ
8	土	ヨーグルト	スパニッシュオムレツ　チキンサラダ オニオンスープ	ごはん	牛乳　小魚せんべい
10	月	野菜ジュース	ごはん　ひき肉カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　ビスケット
11	火	牛乳	おにぎり　チキンリブスティック ミックスピザ　ラーメンサラダ　おでん りんごジュース		ヨーグルト ウエハース
12	水	豆乳	ごはん　鯖のみそ煮 切り干し大根の煮物　けんちん汁		牛乳　にんじんケーキ
13	木	牛乳	ごはん　にぎやか親子煮 ほうれん草のごまあえ　白菜のみそ汁 ふりかけ		スキムミルク えびせん
14	金	牛乳	ごはん　豆腐と肉のハンバーグ ほうれん草ソテー　トマト キャベツのみそ汁		カルピス ツナサンド
15	土	ヨーグルト	マカロニグラタン　シーフードサラダ ポテトスープ	ジャムサンド	牛乳　クッキー
17	月	牛乳	ごはん　切り干し大根入りビビンバ キャベツの塩昆布和え　卵スープ		野菜ジュース クリームパン
18	火	牛乳	ごはん　ギョーザ　ビーフンソテー じゃがいものみそ汁　きゅうり漬け		スキムミルク コーンスナック
19	水	ヨーグルト	ごはん　たらフライ　シルバーサラダ トマト　白菜のスープ		牛乳　豆腐だんご
20	木	春分の日			
21	金	牛乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 白菜とコーンのごまあえ なめこのみそ汁　五目納豆		スキムミルク ホットドッグ
22	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　パイ菓子
24	月	豆乳	ごはん　根菜と豚肉の韓国風煮 ほうれん草のおかかあえ ふのりのみそ汁		牛乳 おさつスティック
25	火	牛乳	わかめご飯　ミートボール ジャーマンポテト　トマト　レタススープ		スキムミルク　おかき
26	水	りんごジュース	ごはん　鮭のホイル焼き 小松菜と油揚げの煮物　なすのみそ汁 たくあん漬		牛乳 ピザトースト
27	木	牛乳	ハヤシライス　野菜サラダ キャベツスープ		カルピス　野菜スナック
28	金	牛乳	ごはん　麻婆豆腐　しらすとわかめあえ かきたま汁		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
29	土	ヨーグルト	コーンシチュー　ブロッコリーのサラダ フライドポテト	バターロールパン	牛乳　ウエハース
31	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー 小松菜のスープ		オレンジゼリー 塩せんべい

☆3日(月)は、お誕生会です。
☆11日(火)は、さよならパーティーです。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 2月　保育園給食献立表

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	土	ヨーグルト	和風麻婆豆腐　ナムル 五目かきたま汁	ごはん	牛乳　塩せんべい
3	月	牛乳	キンパ　いなり寿司　えびフライ きゅうりとシーチキンあえ えのきと豆腐のすまし汁		カルピス おからドーナッツ
4	火	牛乳	ごはん　鯖の焼きびたし　春雨炒め煮 白菜のみそ汁　のり佃煮		スキムミルク コーンスナック
5	水	ヨーグルト	ごはん　大根のみそ煮込み もやしごまあえ　小松菜のスープ 味付けのり		牛乳 クリームパン
6	木	牛乳	ごはん　たまご千草焼き マカロニサラダ　じゃがいものみそ汁 ふりかけ		野菜ジュース おかき
7	金	牛乳	ごはん　サケ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト　レタススープ		スキムミルク フルーツサンドイッチ
8	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ　スパゲティソテー チキンナゲット	ジャムサンド	牛乳　ウエハース
10	月	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　えびせん
11	火	建国記念の日			
12	水	野菜ジュース	ごはん　ほっけみりん焼き きんぴらごぼう　わかめのみそ汁 五目納豆		牛乳 いももち
13	木	牛乳	ごはん　春巻き　わかめなたね チンゲン菜のスープ　ふりかけ		ヨーグルト　バナナ
14	金	牛乳	わかめご飯　肉豆腐　山吹あえ 大根のみそ汁		りんごジュース　クッキー
15	土	プリン	じゃじゃ麺　ボイルブロッコリー フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　小魚せんべい
17	月	牛乳	ごはん　手羽先と大根煮 かぼちゃのそぼろかけ　なめこのみそ汁 たくあん漬		ヤクルト ウィンナーパイ
18	火	牛乳	焼きそばドッグ ハンペンのチーズサンドフライ ツナサラダ　白菜と肉だんごスープ		スポロン シュークリーム
19	水	ヨーグルト	ごはん　親子煮　磯辺あえ なすのみそ汁　ふりかけ		牛乳　イギリストースト
20	木	牛乳	ごはん　豚肉と厚揚げのみそ炒め ひじき煮　かきたま汁　きゅうり漬け		スキムミルク ポテトスナック
21	金	牛乳	ごはん　魚のピカタ ブロッコリーとコーンの炒めもの　トマト キャベツとウィンナーのスープ煮		スキムミルク ホットケーキ
22	土	ヨーグルト	クリームシチュー　ミモザサラダ フライドポテト	黒糖ロールパン	牛乳　クッキー
24	月	振替休日			
25	火	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー コーンスープ		スキムミルク スイートポテト
26	水	豆乳	ごはん　和風ポトフ　パンサンスー ほうれん草のみそ汁　おろし納豆		牛乳　肉まん
27	木	牛乳	わかめご飯　鮭フライ　スパゲティサラダ トマト　ポテトスープ		スキムミルク 野菜スナック
28	金	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ じゃがいもとベーコン炒め キャベツのみそ汁　ふりかけ		カルピス ホットサンド

☆18日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2025年 1月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
4	土	ヨーグルト	うどん　ブロッコリーのサラダ ウィンナー	ごはん	牛乳　塩せんべい
6	月	豆乳	ごはん　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　えびせん
7	火	牛乳	ごはん　和風麻婆豆腐 もやしときゅうりの三杯酢 春雨のすまし汁　味付けのり		スキムミルク クリームパン
8	水	ヨーグルト	ごはん　赤魚の煮付け ほうれん草のごまあえ　豚汁		牛乳　にんじんケーキ
9	木	牛乳	ごはん　おでん　キャベツの塩昆布和え にらのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　ビスケット
10	金	牛乳	わかめご飯　松風焼き ほうれん草ソテー　オニオンスープ		カルピス　もち
11	土	ヨーグルト	コーンオムレツ　スパゲティソテー トマト　ポテトスープ	ごはん	牛乳　パイ菓子
13	月	成人の日			
14	火	牛乳	ごはん　肉じゃが 小松菜と油揚げの煮物 なめこのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク 野菜スナック
15	水	りんごジュース	ごはん　ほっけ焼き　煮あえ かきたま汁　きゅうり漬け		牛乳　お好み焼き
16	木	牛乳	ごはん　メンチカツ　ポテトサラダ トマト　レタススープ		スキムミルク 薄焼きせんべい
17	金	牛乳	ごはん　豆腐とえびの炒め煮 かぼちゃの煮物　白菜のみそ汁 スタミナ納豆		野菜ジュース ツナサンド
18	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ フライドポテト	ジャムサンド	牛乳　小魚せんべい
20	月	牛乳	ごはん　さばの竜田揚げ 切り干し大根の煮物 じゃがいものみそ汁　のり佃煮		スキムミルク 黒糖蒸しパン
21	火	牛乳	ごはん　シュウマイ　ナムル チンゲン菜のスープ　味付けのり		ヤクルト　みそもち
22	水	ヨーグルト	ごはん　いり豆腐　しらすとわかめあえ 大根のみそ汁　ふりかけ		牛乳　ロールケーキ
23	木	牛乳	ごはん　魚五目あんかけ すき昆布の煮物 えのきと豆腐のすまし汁		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
24	金	牛乳	ごはん　とり肉と野菜うま煮 ビーフンソテー　ほうれん草のみそ汁		カルピス　ホットドッグ
25	土	ヨーグルト	スパゲティ・ミートソース　チキンサラダ 卵スープ	バターロールパン	牛乳　クッキー
27	月	野菜ジュース	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー キャベツスープ		牛乳　焼き芋
28	火	牛乳	ひじきご飯　鮭のコーンマヨ焼き ほうれん草とえのきのおひたし のっぺい汁		りんごジュース バナナクレープ
29	水	豆乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 ブロッコリーのごまあえ えのき茸のみそ汁　ふりかけ		牛乳 ポテトスナック
30	木	牛乳	ごはん　柳川もどき ほうれん草のおかかあえ さつまいものみそ汁　おろし納豆		スキムミルク フレンチトースト
31	金	牛乳	わかめご飯 豆腐ステーキミートあんかけ 白菜とコーンのごまあえ もやしとにらのスープ		ヨーグルト 南部せんべい

☆28日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2024年 12月　保育園給食献立表　しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食	3歳未満児	午後のおやつ
2	月	牛乳	ごはん　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　おからドーナッツ
3	火	牛乳	ごはん　麻婆豆腐 ほうれん草とえのきのおひたし かきたま汁　ふりかけ		スキムミルク えびせん
4	水	ヨーグルト	ごはん　ポテトコロッケ　小松菜のソテー トマト　大根のみそ汁		牛乳　クリームパン
5	木	牛乳	わかめご飯　とりひき肉ロール蒸し 春雨炒め煮　白菜のみそ汁		カルピス おさつスティック
6	金	牛乳	ごはん　鯖のみそ煮　きんぴらごぼう 豆腐とわかめのすまし汁　おろし納豆		スキムミルク ロールケーキ
7	土	ヨーグルト	スパニッシュオムレツ　中華サラダ オニオンスープ	ごはん	牛乳　小魚せんべい
9	月	牛乳	ごはん　切り干し大根入りビビンバ パンサンスー　たけのこのみそ汁 味付けのり		スキムミルク にんじんケーキ
10	火	牛乳	ごはん　ミートボール じゃがいもとベーコン炒め　トマト 白菜のスープ		野菜ジュース ポテトスナック
11	水	豆乳	ごはん　揚げ豆腐の野菜あんかけ かぼちゃのそぼろかけ　にらのみそ汁 たくあん漬		牛乳 ミニドッグ
12	木	牛乳	ハヤシライス　ツナサラダ チンゲン菜のスープ		スキムミルク　豆腐だんご
13	金	牛乳	ごはん　アジフライ　スパゲティサラダ トマト　わかめのみそ汁		ヨーグルト　バナナ
14	土		うどん　ちくわ磯辺揚げ ボイルブロッコリー		牛乳　パイ菓子
16	月	野菜ジュース	ごはん　鮭のホイル焼き　磯辺あえ なめこのみそ汁		牛乳　肉まん
17	火	牛乳	ごはん　根菜と豚肉の韓国風煮 わかめなたね　ポテトスープ きゅうり漬け		スキムミルク 野菜スナック
18	水	ヨーグルト	ごはん　ほっけのから揚げ ささみともやしの酢みそあえ 五目かきたま汁　五目納豆		牛乳 ピザトースト
19	木	牛乳	ごはん　にぎやか親子煮 きゅうりとシーチキンあえ キャベツのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク ビスケット
20	金	牛乳	わかめご飯　豆腐と肉のハンバーグ ブロッコリーとコーンの炒めもの　トマト 豆乳スープ		りんごジュース ホットケーキ
21	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　塩せんべい
23	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー キャベツスープ		スキムミルク ポテトスナック
24	火	牛乳	ケチャップライス　タンドリーチキン マカロニグラタン　ボイルブロッコリー コーンスープ		ジョア ワッフル
25	水	豆乳	ごはん　たらフライ　マカロニサラダ トマト　じゃがいものみそ汁　のり佃煮		牛乳　スイートパンプキン
26	木	牛乳	ごはん　卵焼き　ひじき煮 すいとん　ふりかけ		スキムミルク　ホットサンド
27	金	牛乳	ごはん　鶏肉とじゃがいも煮　山吹あえ えのきと豆腐のすまし汁　味付けのり		ヨーグルト　南部せんべい
28	土	ヨーグルト	クリームシチュー　野菜サラダ チキンナゲット	ジャムサンド	牛乳　クッキー

☆24日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2024年 11月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
1	金	牛乳	ごはん　手羽先と大根煮 キャベツの塩昆布和え　もやしのみそ汁		スキムミルク　えびせん
2	土	ヨーグルト	焼きそば　ブロッコリーのサラダ オニオンスープ	バターロールパン	牛乳　しょうゆせんべい
4	月	振替休日			
5	火	牛乳	ごはん　ひき肉カレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　ホットケーキ
6	水	ヨーグルト	わかめご飯　鯖の焼きびたし 切り干し大根の煮物　えのき茸のみそ汁		牛乳　チーズむしパン
7	木	牛乳	ごはん　大根のみそ煮込み ほうれん草のおかかあえ 五目かきたま汁　スタミナ納豆		カルピス ポテトスナック
8	金	牛乳	ごはん　豆腐のまさご揚げ もやしときゅうりの三杯酢 キャベツのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク ツナサンド
9	土	ヨーグルト	かぼちゃのポタージュ　ナポリタン ウィンナー	黒糖ロールパン	牛乳　パイ菓子
11	月	牛乳	ごはん　和風ポトフ 白菜とコーンのごまあえ わかめのみそ汁　たくあん漬		スキムミルク おかき
12	火	牛乳	ごはん　ギョーザ　ナムル レタススープ　味付けのり		りんごジュース　いももち
13	水	豆乳	ごはん　肉豆腐　しらすとわかめあえ 大根のみそ汁　ふりかけ		牛乳　ロールケーキ
14	木	牛乳	ごはん　鮭フライ　ポテトサラダ トマト　チンゲン菜のスープ		スキムミルク　ホットサンド
15	金	牛乳	ごはん　たまご千草焼き かぼちゃの煮物　せんべい汁　のり佃煮		ヨーグルト　ウエハース
16	土	プリン	じゃじゃ麺　キャベツとコーンのサラダ フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳　揚げおかき
18	月	りんごジュース	ごはん　八宝菜　シルバーサラダ ポテトスープ　味付けのり		牛乳　お好み焼き
19	火	牛乳	ごはん　豚肉と厚揚げのみそ炒め ほうれん草のごまあえ　かきたま汁		スキムミルク　ビスケット
20	水	ヨーグルト	わかめご飯　ほっけみりん焼き　煮あえ 白菜のみそ汁		牛乳　ウィンナーパイ
21	木	牛乳	ごはん　じゃがいもとひき肉カレー煮 いかときゅうりの酢みそあえ えのきと豆腐のすまし汁　五目納豆		スキムミルク クロワッサン
22	金	牛乳	ごはん　親子煮 小松菜と油揚げの煮物 なめこのみそ汁　ふりかけ		ヤクルト 野菜スナック
23	土	勤労感謝の日			
25	月	牛乳	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー もやしとにらのスープ		スキムミルク 薄焼きせんべい
26	火	牛乳	おにぎり　焼きうどん　鶏の唐揚げ ミニドッグ　フライドポテト チョレギサラダ　りんごジュース		デコレーションプリン
27	水	野菜ジュース	ごはん　揚げだし豆腐　ビーフンソテー じゃがいものみそ汁　ふりかけ		牛乳　コーンスナック
28	木	牛乳	ごはん　魚のピカタ　ほうれん草ソテー キャベツスープ　きゅうり漬け		野菜ジュース フルーツサンドイッチ
29	金	牛乳	ごはん　煮込みハンバーグ ジャーマンポテト　トマト 小松菜のみそ汁		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
30	土	ヨーグルト	コーンシチュー　シーフードサラダ ゆで卵	ジャムサンド	牛乳　クッキー

☆26日(火)は、お誕生会です。
　以上児クラスは、バイキング給食になります。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2024年 10月　保育園給食献立表　しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食	3歳未満児	午後のおやつ
1	火	牛乳	ごはん　柳川もどき　ひじき煮 小松菜のみそ汁		スキムミルク うす焼せんべい
2	水	ヨーグルト	ごはん　ほっけ焼き　きんぴらごぼう なめこのみそ汁　たくあん漬		牛乳　おからドーナッツ
3	木	牛乳	ごはん　豆腐とえびの炒め煮 かぼちゃのそぼろかけ キャベツと切り干し大根の鶏汁 ふりかけ		カルピス ポテトスナック
4	金	牛乳	ごはん　メンチカツ　スパゲティサラダ トマト　コーンスープ		スキムミルク ロールケーキ
5	土	運動会			
7	月	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　おかき
8	火	牛乳	ごはん　シュウマイ　パンサンスー えのき茸のみそ汁　味付けのり		野菜ジュース にんじんケーキ
9	水	豆乳	ごはん　さばの竜田揚げ ほうれん草のごまあえ さつまいものみそ汁　五目納豆		牛乳 イギリストースト
10	木	牛乳	ごはん　いり豆腐 きゅうりとシーチキンあえ　大根のみそ汁 ふりかけ		スキムミルク コーンスナック
11	金	牛乳	ごはん　サケ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト　レタススープ		プリン　塩せんべい
12	土	牛乳	スパゲティ・ミートソース　コーンサラダ オニオンスープ	ジャムサンド	牛乳　揚げおかき
14	月	スポーツの日			
15	火	牛乳	ごはん　おでん　わかめなたね 白菜のみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　ビスケット
16	水	ヨーグルト	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ 山吹あえ キャベツとウィンナーのスープ煮		牛乳 スイートパンプキン
17	木	牛乳	ごはん　松風焼き ブロッコリーとコーンの炒めもの 五目かきたま汁　のり佃煮		スキムミルク えびせん
18	金	牛乳	わかめご飯　魚五目あんかけ もやしごまあえ　じゃがいものみそ汁		カルピス　ホットサンド
19	土	ヨーグルト	クリームシチュー　ミモザサラダ フライドポテト	黒糖ロールパン	牛乳　小魚せんべい
21	月	牛乳	ごはん　肉じゃが　すき昆布の煮物 キャベツのみそ汁		スキムミルク　ウエハース
22	火	牛乳	五目炊き込みご飯　エビフライ 茶わん蒸し　きゅうりとかまぼこの酢の物 豆腐とわかめのすまし汁		りんごジュース バナナケーキ
23	水	ヨーグルト	ごはん　和風麻婆豆腐 ほうれん草とえのきのおひたし かきたま汁　味付けのり		牛乳 クリームパン
24	木	牛乳	ごはん　鮭のコーンマヨ焼き じゃがいもとベーコン炒め 白菜のスープ　おろし納豆		スキムミルク 野菜スナック
25	金	牛乳	ごはん　春巻き　ブロッコリーのごまあえ わかめのみそ汁　ふりかけ		ヤクルト　焼き芋
26	土	ヨーグルト	たまごうどん　チキンナゲット 中華サラダ	ごはん	牛乳　クッキー
28	月	野菜ジュース	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー 小松菜のスープ		牛乳　クラッカー プロセスチーズ
29	火	牛乳	ごはん　コーンオムレツ　ツナサラダ トマト　ポテトスープ		ヨーグルト　南部せんべい
30	水	豆乳	わかめご飯　赤魚の煮付け ふきの煮物　豚汁		牛乳　フレンチトースト
31	木	牛乳	ごはん　とり肉と野菜うま煮　磯辺あえ にらのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　肉まん

☆22日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2024年 10月　保育園給食献立表

しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食		午後のおやつ
				3歳未満児	
1	火	牛乳	ごはん　柳川もどき　ひじき煮 小松菜のみそ汁		スキムミルク
2	水	ヨーグルト	ごはん　ほっけ焼き　きんぴらごぼう なめこのみそ汁　たくあん漬		牛乳　おからドーナッツ
3	木	牛乳	ごはん　豆腐とえびの炒め煮 かぼちゃのそぼろかけ キャベツと切り干し大根の鶏汁 ふりかけ		カルピス ポテトスナック
4	金	牛乳	ごはん　メンチカツ　スパゲティサラダ トマト　コーンスープ		スキムミルク ロールケーキ
5	土	運動会			
7	月	牛乳	ごはん　ポークカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		スキムミルク　おかき
8	火	牛乳	ごはん　シュウマイ　パンサンスー えのき茸のみそ汁　味付けのり		野菜ジュース にんじんケーキ
9	水	豆乳	ごはん　さばの竜田揚げ ほうれん草のごまあえ さつまいものみそ汁　五目納豆		牛乳 イギリストースト
10	木	牛乳	ごはん　いり豆腐 きゅうりとシーチキンあえ　大根のみそ汁 ふりかけ		スキムミルク コーンスナック
11	金	牛乳	ごはん　サケ缶コロッケ 小松菜のソテー　トマト　レタススープ		プリン　塩せんべい
12	土	牛乳	スパゲティ・ミートソース　コーンサラダ オニオンスープ	ジャムサンド	牛乳　揚げおかき
14	月	スポーツの日			
15	火	牛乳	ごはん　おでん　わかめなたね 白菜のみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　ビスケット
16	水	ヨーグルト	ごはん　豆腐ステーキミートあんかけ 山吹あえ キャベツとウィンナーのスープ煮		牛乳 スイートパンプキン
17	木	牛乳	ごはん　松風焼き ブロッコリーとコーンの炒めもの 五目かきたま汁　のり佃煮		スキムミルク えびせん
18	金	牛乳	わかめご飯　魚五目あんかけ もやしごまあえ　じゃがいものみそ汁		カルピス　ホットサンド
19	土	ヨーグルト	クリームシチュー　ミモザサラダ フライドポテト	黒糖ロールパン	牛乳　小魚せんべい
21	月	牛乳	ごはん　肉じゃが　すき昆布の煮物 キャベツのみそ汁		スキムミルク　ウエハース
22	火	牛乳	五目炊き込みご飯　エビフライ 茶わん蒸し　きゅうりとかまぼこの酢の物 豆腐とわかめのすまし汁		りんごジュース バナナケーキ
23	水	ヨーグルト	ごはん　和風麻婆豆腐 ほうれん草とえのきのおひたし かきたま汁　味付けのり		牛乳 クリームパン
24	木	牛乳	ごはん　鮭のコーンマヨ焼き じゃがいもとベーコン炒め 白菜のスープ　おろし納豆		スキムミルク 野菜スナック
25	金	牛乳	ごはん　春巻き　ブロッコリーのごまあえ わかめのみそ汁　ふりかけ		ヤクルト　焼き芋
26	土	ヨーグルト	たまごうどん　チキンナゲット 中華サラダ	ごはん	牛乳　クッキー
28	月	野菜ジュース	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー 小松菜のスープ		牛乳　クラッカー プロセスチーズ
29	火	牛乳	ごはん　コーンオムレツ　ツナサラダ トマト　ポテトスープ		ヨーグルト　南部せんべい
30	水	豆乳	わかめご飯　赤魚の煮付け ふきの煮物　豚汁		牛乳　フレンチトースト
31	木	牛乳	ごはん　とり肉と野菜うま煮　磯辺あえ にらのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　肉まん

☆22日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。



2024年 9月　保育園給食献立表　しみず保育園

（予定）

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼食 副食	昼食 3歳未満児	午後のおやつ
2	月	豆乳	米飯　チキンカレー　野菜サラダ わかめスープ　福神漬		牛乳　おかき
3	火	牛乳	ミートボール　ツナサラダ　トマト	米飯 キャベツスープ	アイスクリーム
4	水	牛乳	米飯　親子煮　キャベツの塩昆布和え なすのみそ汁　ふりかけ		ヨーグルト　塩せんべい
5	木	牛乳	米飯　ほっけのから揚げ　煮あえ かきたま汁　きゅうり漬け		カルピス　ホットケーキ
6	金	牛乳	わかめご飯　揚げ豆腐の野菜あんかけ かぼちゃの煮物　たけのこのみそ汁		スキムミルク コーンスナック
7	土	ヨーグルト	マカロニグラタン　ブロッコリーのサラダ レタススープ	ジャムサンド	牛乳　小魚せんべい
9	月	牛乳	米飯　切り干し大根入りビビンバ しらすとわかめあえ　なめこのみそ汁		オレンジゼリー 南部せんべい
10	火	牛乳	ツナとコーンの炊き込みご飯 スコッチエッグ　スパゲティソテー　トマト 白菜のスープ		りんごジュース ココアドック
11	水	ヨーグルト	米飯　麻婆豆腐　ナムル 五目かきたま汁　味付けのり		牛乳　ロールケーキ
12	木	牛乳	米飯　アジフライ　ポテトサラダ トマト　大根のみそ汁　ふりかけ		アイスクリーム
13	金	牛乳	米飯　じゃがいもとひき肉カレー煮 白菜とコーンのごまあえ チンゲン菜のスープ　おろし納豆		スキムミルク ツナサンド
14	土	プリン	五目中華　ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	米飯	牛乳　ウエハース
16	月	敬老の日			
17	火	牛乳	米飯　レトルトカレー　野菜ジュース みかん缶		スキムミルク　ホットドッグ
18	水	豆乳	米飯　根菜と豚肉の韓国風煮 もやしときゅうりの三杯酢 じゃがいものみそ汁　ふりかけ		牛乳 お好み焼き
19	木	牛乳	わかめご飯　たらフライ シルバーサラダ　トマト　コーンスープ		カルピス　えびせん
20	金	牛乳	米飯　鶏肉とじゃがいも煮 ほうれん草のおかかあえ 豆腐とわかめのすまし汁　たくあん漬		スキムミルク 黒糖蒸しパン
21	土	ヨーグルト	スパニッシュオムレツ　シーフードサラダ キャベツスープ	米飯	牛乳　しょうゆせんべい
23	月	振替休日			
24	火	牛乳	米飯　鮭のホイル焼き　ビーフンソテー わかめのみそ汁　ふりかけ		スキムミルク　クラッカー プロセスチーズ
25	水	ヨーグルト	ハヤシライス　野菜サラダ　卵スープ		牛乳　野菜スナック
26	木	牛乳	米飯　豆腐と肉のハンバーグ ジャーマンポテト　トマト キャベツのみそ汁		スキムミルク フルーツサンドイッチ
27	金	牛乳	米飯　鯖のみそ煮 切り干し大根の煮物 えのきと豆腐のすまし汁　スタミナ納豆		ヤクルト スイートポテト
28	土	ヨーグルト	コーンシチュー　チキンサラダ フライドポテト	バターロールパン	牛乳　クッキー
30	月	野菜ジュース	チャーハン　きゅうり三杯酢　ウィンナー ポテトスープ		牛乳　みそもち

☆3日(火)は、お楽しみランチです。
☆10日(火)は、お誕生会です。
☆17日(火)は、アルファ米とレトルトカレーの非常食献立です。(つぼみ組は除く)

※果物は、毎日付きます。
※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。
※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。

