

# 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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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 スペニッシュオムレツ 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 パンサンズー 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 揚げたご焼き 煮込みハンバーグ ポイルブロッコリー 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 マカロニグラタン チキンサラダ ポテトスープ	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		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

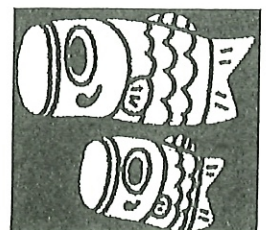
しみず保育園

(予定)

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼 食		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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	ちゃんごうどん 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 豆腐とわかめのみそ汁 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 きゅうりとわかめ酢の物の 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		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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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		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 ウインナー もやしとにらのスープ		牛乳 おからドーナツ
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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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 ビーフソテー なめこのみそ汁 おろし納豆		スキムミルク ウインナーパイ
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 ウインナー 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		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 キャベツとウインナーのスープ煮		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 ウインナー 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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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 パンサンズー 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		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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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		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 สปา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 スイートパンパキン
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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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	ごはん	スパニッシュオムレツ チキンサラダ キャベツスープ	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	ごはん	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 สปา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	ごはん	うどん 中華サラダ フライドポテト	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 ウインナーパイ
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	ごはん	焼きそば ミモザサラダ オニオンスープ	牛乳 揚げおかき
22	月	牛乳	チャーハン	きゅうり三杯酢 ウインナー 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	ごはん	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	ごはん	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	ごはん	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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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 ブリッツ
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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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		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 いら豆腐 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 パンサンサー 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	ちゃんごうどん 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 豆腐ステーキみーあんかけ 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		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 スパゲティンター 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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
1	月	牛乳	わかめご飯 ほっけのから揚げ ビーフソテー 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 สปา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 かぼちやの煮物 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		午後のおやつ
		副 食	3歳未満児	
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		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	ハンパ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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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 いら豆腐 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rips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 豆腐とわかめのみそ汁 きゅうり漬		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 ポイルブロッコリー	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 えのきと豆腐のみそ汁 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。

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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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	かぼちゃのポターージュ ナポリタン ウインナー	クロワッサン	牛乳 クッキー
12	月	豆乳	ごはん ボークカレー 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	コーンミッシュ 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 キャベツとウインナーのスープ煮		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 ビーフソテー キャベツのみそ汁 スタミナ納豆		ヤクルト ウインナーパイ
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 ウインナー 卵スープ		牛乳 みそもち
27	火	牛乳	鶏の唐揚げ 卵焼き ポイルブロッコリー	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 豆腐とわかめのみそ汁		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

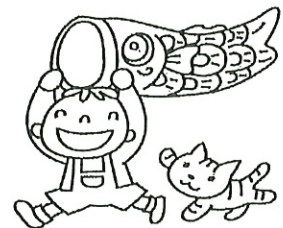
☆20日(火)は、お誕生会です。

☆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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
1	火	牛乳	ごはん 豆腐ステーキみそ汁 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 かぼちやのそぼろかけ 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 パンサンサー 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		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 いら豆腐 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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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 ジャがいものみそ汁 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 ウインナーパイ
18	火	牛乳	焼きそばドッグ ハンパ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 キャベツとウインナーのスープ煮		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 ウインナー 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 ジャ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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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 สปา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	食		午後のおやつ
			昼	3歳未満児	
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 ポイルブロッコリー		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 ポイルブロッコリー 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 スイートパンブキン
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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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		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	食		午後のおやつ
			昼	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 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 おからドーナツ
3	木	牛乳	ごはん 豆腐とえびの炒め煮 かぼちやのそぼろかけ 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 パンサンサー 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。

※つばみ、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。

※つばみ組の給食は、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	食		午後のおやつ
			昼	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 おからドーナツ
3	木	牛乳	ごはん 豆腐とえびの炒め煮 かぼちやのそぼろかけ 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 パンサンデー 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		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
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 かぼちやの煮物 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 切り干し大根入りピピンバ 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 สปา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。

