

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 豆腐ステーキみーとあんかけ 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、ちゅうりつふ組の朝のおやつには、お菓子が果物が付きます。

※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。

