

令和8年



月

献立表

みづほ保育園

日	曜日	行事予定	お昼の献立	材料名			おやつ
				血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの	
1	火	栄養士訪問 (うさぎ組)	さかなのてりやき ひじきのいりに すいとんじる ミニゼリー	さかな だいず あぶらあげ ちくわ とりく	こんにやく あぶら さとう こむぎこ しらたまこ	ひじき にんじん たまねぎ しめじ チンゲンサイ	ぎゅうにゅう ウエハース
2	水	祖父母参観	ちくわのマヨネーズやき わふうサラダ みそしる くだもの	ちくわ チーズ あぶらあげ とうふ みそ ちりめんじゃこ	マヨネーズ さとう あぶら	たまねぎ パセリ キャベツ きゅうり にんじん かぼちゃ	アイスクリーム おかし
3	木		ようふうにくじゃが てつたつぷりサラダ くだもの	ぶたにく ツナ だいず	じゃがいも あぶら さとう マヨネーズ ごま	にんじん たまねぎ インゲン ほうれんそう ひじき コーン	ぎゅうにゅう きなこあげぱん
4	金	避難訓練(水害) 午睡終了	さけのちゃんちゃんやき とうがんのカレースープ くだもの	さけ みそ ベーコン	さとう バター あぶら はるさめ	キャベツ しめじ にんじん たまねぎ ピーマン とうがん オクラ	ぎゅうにゅう せんべい
5	土						
7	月		あつあげのちゅうかに もやしとにんじんのナムル チーズ くだもの	あつあげ ぶたにく ハム チーズ	ごまあぶら さとう かたくりこ ごま	はくさい たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ もやし こまつな	ぎゅうにゅう バナナケーキ
8	火		さかなのたつたあげ おひたし みそしる くだもの	さかな とうふ みそ	かたくりこ あぶら ごま	しょうが ほうれんそう キャベツ にんじん たまねぎ わかめ	ぎゅうにゅう せんべい
9	水	茶道	ポテトのミンチやき ブロッコリーのおかかあえ コンソメスープ くだもの	ぶたにく チーズ かつおぶし ベーコン	あぶら さとう じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ トマトかん ブロッコリー にんじん コーン しめじ	ぎゅうにゅう ビスケット
10	木		カレーシチュー パリパリあえ くだもの	ぶたにく	じゃがいも カレールウ さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり つぼづけ わかめ	ぎゅうにゅう ドーナツ
11	金	げんキッズ	ツナいりたまごやき フレンチサラダ コンソメスープ くだもの	たまご ツナ ハム ウインナー	あぶら さとう	ピーマン たまねぎ にんじん キャベツ コーン きゅうり しめじ	やさいジュース おにぎり
12	土	秋まつり					
14	月		とりのからあげ ちゅうかサラダ くだもの マカロニスープ	とりく ベーコン	かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら マカロニ	しょうが キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ しめじ	ヤクルトジョア ポップコーン
15	火	生け花(きりん組)	さかなのゆかりマヨやき ごまあえ みそしる くだもの	さかな とうふ あぶらあげ みそ	マヨネーズ ごま さとう ごま	ゆかり キャベツ もやし にんじん だいこん あおねぎ	ぎゅうにゅう ビスケット
16	水	身体計測	タンドリーチキン コーンサラダ コンソメスープ くだもの	とりく ヨーグルト ハム ウインナー	マヨネーズ	キャベツ にんじん きゅうり コーン たまねぎ えのきたけ	ぎゅうにゅう せんべい
17	木	(秋まつり予備日)	えいようきんぴら ぐだくさんみそしる くだもの	ぎゅうにく さつまあげ あぶらあげ みそ	しらたき さとう あぶら ごま じゃがいも	ごぼう にんじん インゲン こまつな たまねぎ えのきたけ わかめ	ぎゅうにゅう スイートポテト
18	金	お誕生会	きのこごはん ハンバーグ こんぶあえ すましじる ゼリー	ツナ ぎゅうにく ぶたにく たまご ぎゅうにゅう みそ	こめ ばんこ あぶら ふ	しめじ えのきたけ ほしいいたけ にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ しおこんぶ わかめ	ラブミープラス ケーキ
19	土						
21	月	敬老の日					
22	火	国民の休日					
23	水	秋分の日					
24	木	えほんの日	じゃがいものたまごとじ チーズサラダ くだもの	とりく こうやどうふ たまご チーズ	じゃがいも さとう あぶら マヨネーズ	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ きゅうり コーン	リンゴジュース ウエハース
25	金	口座振替日	さかなのちゅうかに わかめサラダ ワンタンスープ くだもの	さかな カニカマ ベーコン	さとう ワンタンのかわ あぶら	しょうが わかめ にんじん キャベツ きゅうり もやし たまねぎ えのきたけ あおねぎ	プリンアラモード
26	土	奉仕作業(8:15~)					
28	月		とうふいりはっぼうさい やきそば くだもの	とうふ ぶたにく	あぶら かたくりこ やきそばめん	はくさい にんじん たまねぎ たけのこ ピーマン ほしいいたけ キャベツ もやし	ぎゅうにゅう かぼちゃむしぱん
29	火		さかなのピザ ハムサラダ コンソメスープ ミニゼリー	さかな チーズ ハム ウインナー	あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ ピーマン コーン キャベツ きゅうり にんじん こまつな えのきたけ	ぎゅうにゅう あられ
30	水		ぎせいどうふ こまつなのにびたし カレーうどんじる くだもの	とうふ たまご とりく あぶらあげ ぶたにく	さとう あぶら うどん	しいたけ にんじん ほうれんそう こまつな たまねぎ しめじ あおねぎ	ぎゅうにゅう クッキー

*園の行事、仕入れ材料等の変更により献立が変わることがあります *★印は手作りおやつです

18日(金) お誕生会

ご飯はいりません
給食セットを持ってくる
ください

11日(金)

おやつで食べるおにぎりを自分でにぎります