



2026年

三原保育所

日	曜日	献立名	おやつ ★印は手作り	1歳～2歳児 朝おやつ
1	土	おやつ		
3	月	和風スパゲティー じゃこ ささ身サラダ 果物	牛乳 ★しばもち (もも・はな組⇒お菓子)	牛乳 せんべい
4	火	ごはん サケのマリネ ひじきと干し大根の炒め煮 果物	牛乳 ★卵サンド	牛乳 果物
5	水	わかめごはん 和風からあげ ピーマンともやしのおかか和え 果物	牛乳 ★バイクドチーズケーキ	牛乳 ビスケット
6	木	ごはん じゃこ ポークビーンズ フルーツサラダ プチゼリー	ミルク あられ (もも・はな組⇒お菓子)	牛乳 コーンフレーク
 7	金	ごはん 親子焼き こんにゃくのみそマヨネーズ和え 果物	★麦茶ミルクかん	牛乳 パン
8	土	おやつ		
 10	月	スタミナ丼 じゃこ きゅうりの甘酢漬け 果物	牛乳 ★きな粉スティック	ヨーグルト
12	水	ごはん すり身揚げ チョレギサラダ 果物	牛乳 ★黒ごまパン	牛乳 果物
13	木	五目そうめん おにぎり トマトとひじきサラダ 果物	ミルク せんべい	牛乳 クラッカー
14	金	ごはん じゃこ にらと高野豆腐の卵とじ かぼちゃサラダ 果物	アイスクリーム (もも組⇒牛乳・お菓子)	牛乳 パン
15	土	おやつ		
 17	月	キーマカレーライス じゃこ フレンチサラダ 果物	牛乳 ★黒糖寒天	牛乳 ポーロ
18	火	ごはん 白身魚のフリッター	ミルク	牛乳

日	曜日	献立名	おやつ ★印は手作り	1歳～2歳児 朝おやつ
19	水	ごはん おから団子 おくらとしめじの甘酢和え 果物	牛乳 ★米粉クッキー	牛乳 ビスコ
20	木	ごはん じゃこ ポークピカタ 五色サラダ 果物	牛乳 ★アメリカンドッグ	牛乳 パン
 21	金	誕生会 オムライス チーズ フライドポテト レタスとパインサラダ 果物	かき氷アイス (もも・はな組⇒牛乳・お菓子)	牛乳 せんべい
22	土	おやつ		
24	月	冷麺 じゃこ かぼちゃの素揚げ 果物	★フルーツ入り牛乳かん	牛乳 ウエハース
25	火	ひじきごはん 卵のほろほろ焼き おくらとトマトの甘酢和え 果物	ミルク クリームパン	ヨーグルト コーンフレークがけ
26	水	ごはん 魚の黄金揚げ 春雨の和え物 果物	ミルク ビスケット	牛乳 パン
27	木	ごはん 豆腐のまさご揚げ 酢みそ和え 果物	牛乳 ★わらびもち (もも組⇒マカロニのきな粉かけ)	牛乳 果物
 28	金	牛丼 じゃこ きゅうりの四色和え 果物	★フルーツパフェ (もも組⇒果物)	牛乳 クラッカー
29	土	おやつ		
31	月	ごはん じゃこ かぼちゃグラタン ごまドレッシングサラダ 果物	★グレープゼリー	牛乳 パン

※10日（月）17日（月）21日（金）28日（金）・・・スプーンとお箸を持たせて下さい。

◎今月の歯の日は7日（金）の「和え物」が、かみかみメニューになってます。

◎都合により、献立が変更することもあります、その時はご了承下さい。



	マカロニサラダ	果物	ウエハース	果物
--	---------	----	-------	----

