



(幼児食)

令和6年度
ともわ乳児園 泡瀬第2
沖縄市泡瀬2-4-3 miL 1F
098-923-0950

	月	火	水	木	金	土
献立		1 ①麦ご飯 ②ひじき煮 ③湯し豆腐汁 ④南瓜甘煮 ⑤オレンジ	2 ①あわご飯 ②麩チャンブルー ③アーサー汁 ④納豆 ⑤カルピスゼリー	3 ①麦ご飯 ②回鍋肉 ③わかめオニオン中華スープ ④もやしナムル ⑤バナナ	4 ①炊込みご飯 ②茄子の味噌汁 ③棒棒鶏 ④かぼちゃコロッケ ⑤梨	5 ①鯖キーマカレー ②芋ミルクスープ ③人参サラダ ④バナナ
材料		①米 麦 ②ひじき 人参 玉葱 竹輪 糸蒟蒻 油揚げ ③湯し豆腐 豆苗 ツナ缶 ④南瓜 おかか ⑤オレンジ	①米 粟 ②麩 卵 人参 玉葱 もやし ピーマン ソーセージ ③アーサー 高野豆腐 ④納豆 ⑤カルピス アガー	①米 麦 ②豚肉 キャベツ 人参 エノキ ピーマン ③わかめ 玉葱 豆苗 卵 ④もやし 人参 ごま ⑤バナナ	①米 人参 牛蒡 エノキ 枝豆 油揚げ ②茄子 法蓮草 ツナ缶 ③鶏肉 胡瓜 白菜 ごま ④南瓜 ⑤梨	①米 鯖 玉葱 人参 トマト 缶 ②芋 フロッキー 豆乳 ③人参 いんげん ドライフルーツ ④バナナ
☆おやつ		青菜おにぎり 牛乳	きな粉蒸しパン 牛乳	しらすおにぎり 牛乳	ヒラヤーチー 牛乳	バナナホットケーキ 牛乳
おやつ材料		米 青菜ふりかけ 牛乳	HM きな粉 オリゴ糖 牛乳	米 しらすふりかけ 牛乳	米粉 ニラ ツナ缶 卵 牛乳	HM バナナ バター 牛乳
献立	7 ①きのこシチュー ②マセドアンサラダ ③バナナ	8 ①あわご飯 ②ハンバーグケチャップ煮 ③ポトフ風スープ ④法蓮草胡麻和え ⑤オレンジ	9 ①麦ご飯 ②クープイリチー ③そうめん汁 ④青菜入卵焼き ⑤黄桃	10 ①魚の味噌マヨ焼き丼 ②コーン中華スープ ③パンサンスー ④ぶどうゼリー	11 ①あわご飯 ②豆腐チャンブルー ③なめこ汁 ④二色揚げ ⑤バナナ	12 ①五目ピラフ ②オニオンスープ ③マカロニサラダ ④フルーツヨーグルト
材料	①米 しめじ エノキ 人参 玉葱 フロッキー 鶏肉 ②じゃが芋 胡瓜 ハム ③バナナ	①米 粟 ②挽肉 玉葱 豆腐 ケチャップ ③じゃが芋 白菜 人参 ツナ缶 ④法蓮草 高野豆腐 ごま ⑤オレンジ	①米 麦 ②切昆布 人参 竹輪 糸蒟蒻 ツナ缶 ③乾麺 葱 ④卵 小松菜 ニラ ⑤黄桃缶	①米 白身魚 刻み海苔 味噌 マヨネーズ ②コーン 伍わかめ 卵 葱 ③春雨 胡瓜 ソーセージ ④ぶどうジュース アガー	①米 粟 ②豆腐 キャベツ 人参 ピーマン 玉葱 ツナ缶 ③なめこ エノキ 葱 ④いんげん ソーセージ 米粉 ⑤バナナ	①米 人参 玉葱 枝豆 卵 ②玉葱 豆苗 ③マカロニ 胡瓜 人参 ④ヨーグルト ドライフルーツ
☆おやつ	シリアル 牛乳	おかかおにぎり 牛乳	フルーチェ クラッカー	スイートポテト 牛乳	鮭おにぎり 牛乳	ツナマヨポケットパン 牛乳
おやつ材料	シリアル 牛乳	米 おかかふりかけ 牛乳	フルーチェの素 牛乳 クラッカー	さつま芋 オリゴ糖 バター 牛乳	米 鮭ふりかけ 牛乳	食パン ツナ缶 マヨネーズ 牛乳
献立	14 休園	15 ①ビーンズカレー ②フロッキーサラダ ③オレンジ	16 ①麦ご飯 ②チキンマト煮込み ③ポトフ風スープ ④ポテトサラダ ⑤バナナ	17 食育活動 お弁当日 	18 ①沖縄そば ②もずく酢 ③野菜天ぷら ④カルピスゼリー	19 ①麦ご飯 ②芋煮 ③なめこ汁 ④小松菜しらす和え ⑤オレンジ
材料	 スポーツの日	①米 大豆 ひよこ豆 人参 じゃが芋 玉葱 トマト缶 ソーセージ ②フロッキー トマト チーズ ③オレンジ	①米 麦 ②鶏肉 玉葱 エノキ しめじ トマト缶 ③大根 キャベツ 冬瓜 ソーセージ ④じゃが芋 胡瓜 人参 ツナ缶 ⑤バナナ	①米 白身魚 刻み海苔 味噌 マヨネーズ ②コーン 伍わかめ 卵 葱 ③春雨 胡瓜 ソーセージ ④ぶどうジュース アガー	①そば 麵 豚肉 竹輪 葱 ②もずく 胡瓜 ③いんげん 人参 米粉 ④カルピス アガー	①米 麦 ②じゃが芋 人参 白滝 高野豆腐 いんげん ③なめこ エノキ 葱 ④小松菜 しらす ⑤オレンジ
☆おやつ		クラッカー 牛乳	青菜おにぎり 牛乳	南瓜豆乳プリン	ジューシーおにぎり 牛乳	ヒラヤーチー 牛乳
おやつ材料		クラッカー 牛乳	米 青菜ふりかけ 牛乳	南瓜 アガー オリゴ糖 豆乳	米 人参 ひじき ツナ缶 牛乳	米粉 ニラ ツナ缶 卵 牛乳
献立	21 ①ポークシチュー ②コールスローサラダ ③バナナ	22 ①あわご飯 ②春雨チャプチェ ③もやし味噌汁 ④胡瓜和え ⑤オレンジ	23 ①三色丼 ②もずくスープ ③コロッケ ④ぶどうゼリー	24 ①麦ご飯 ②魚の南蛮漬け ③ミネストローネスープ ④キャベツ昆布和え ⑤バナナ	25 ①あわご飯 ②茄子味噌炒め ③お麩の味噌汁 ④南瓜のそぼろ煮 ⑤みかん	26 HAPPY HALLOWEEN! 親子 ハロウィーン パレード
材料	①米 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 いんげん ②白菜 人参 ごま ③バナナ	①米 粟 ②春雨 人参 ピーマン エノキ ニラ ③もやし 油揚げ 葱 ④胡瓜 わかめ ツナ缶 ⑤オレンジ	①米 法蓮草 人参 挽肉 ②もずく 奴豆腐 葱 ③じゃが芋 人参 玉葱 挽肉 ④ぶどうジュース アガー	①米 麦 ②白身魚 人参 玉葱 ピーマン ③じゃが芋 人参 玉葱 いんげん トマト缶 ④キャベツ 塩昆布 ごま ⑤バナナ	①米 粟 ②茄子 玉葱 人参 ピーマン ツナ缶 ③麩 水菜 葱 ④南瓜 鶏挽肉 ⑤みかん	
☆おやつ	せんべい 牛乳	しらすおにぎり 牛乳	バナナ粉蒸しパン 牛乳	青菜おにぎり 牛乳	アメリカンドック 牛乳	
おやつ材料	小魚せんべい 牛乳	米 しらすふりかけ 牛乳	HM バナナ オリゴ糖 牛乳	米 青菜ふりかけ 牛乳	HM ソーセージ 牛乳	
献立	28 ①ツナカレー ②スティック野菜 ③オレンジ	29 ①麦ご飯 ②マカロニグラタン ③パイパーススープ ④白菜甘酢和え ⑤バナナ	30 ①チキン照り焼き丼 ②ジュリアンスープ ③法蓮草胡麻和え ④オレンジ	31 ①鮭ピラフ ②南瓜ポタージュ ③ウィンナーケチャップ煮 ④コールスローサラダ ⑤カルピスゼリー	※当園では、お米は金芽米を使用 しています。 ※完了期のお子様は献立の材料を 刻み薄味にして提供しています。 ※材料の調達事情により、献立が 変更になる場合があります。	
材料	①米 ツナ缶 高野豆腐 人参 じゃが芋 玉葱 枝豆 ②人参 大根 胡瓜 ③オレンジ	①米 麦 ②マカロニ 玉葱 フロッキー エリンギ しめじ 豆乳 チーズ ③白身魚 玉葱 じゃが芋 トマト缶 ④白菜 人参 ⑤バナナ	①米 鶏肉 刻み海苔 ②キャベツ 人参 大根 ③法蓮草 人参 ごま ④オレンジ	①米 鮭 人参 玉葱 エノキ いんげん ②南瓜 玉葱 パセリ ③ウィンナー ④キャベツ フロッキー 人参 ⑤カルピス アガー		
☆おやつ	ビスケット 牛乳	おかかおにぎり 牛乳	わかめおにぎり 牛乳	南瓜蒸しパン ミロミルク		
おやつ材料	ビスケット 牛乳	米 おかかふりかけ 牛乳	米 わかめふりかけ 牛乳	HM 南瓜 オリゴ糖 ミロ牛乳		