



# (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    |  <p>※当園では、お米は金芽米を使用しています。<br/>         ※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。<br/>         ※材料の調達事情により、献立が変更になる場</p> |  |   |  |  | 1  |
| 材料    |   |  |   |  |  | ①あわご飯<br>②野菜チャンプルー<br>③味噌汁<br>④ソーセージピカタ<br>⑤りんご<br>①米 粟<br>②小松菜 もやし 人参 玉葱 ニラ ツナ缶<br>③麩 奴豆腐 葱<br>④ソーセージ 卵<br>⑤りんご<br>鮭おにぎり 牛乳<br>米 鮭ふりかけ 牛乳 |
| ☆おやつ  | シリアル 牛乳   |  |   |  |  |  |
| おやつ材料 | シリアル 牛乳   |  |   |  |  |  |
| 献立    | 3   | 4  | 5   | 6  | 7  | 8  |
| 献立    | ①ソーセージカレー<br>②パスタサラダ<br>③バナナ  | ①麦ご飯<br>②人参シリシリー<br>③冬瓜汁<br>④豆腐ハンバーグ<br>⑤オレンジ                      | ①あわご飯<br>②豚肉生姜焼き<br>③アーサー汁<br>④南瓜甘煮<br>⑤ぶどうゼリー                            | ①麦ご飯<br>②麻婆豆腐<br>③わかめ中華スープ<br>④バンサンスー<br>⑤バナナ                                | ①もずく丼<br>②小松菜味噌汁<br>③野菜かき揚げ<br>④オレンジゼリー  | ①あわご飯<br>②麩チャンプルー<br>③オニオンスープ<br>④鶏肉のピカタ<br>⑤バナナ   |
| 材料    | ①米 ソーセージ 人参 玉葱 じゃが芋 いんげん ツナ缶<br>②サラダ麺 枝豆 カニカマ<br>③バナナ   | ①米 麦<br>②人参 バイア ニラ ツナ缶<br>③冬瓜 わかめ 葱<br>④豆腐 人参 玉葱 ひじき 卵<br>⑤オレンジ    | ①米 粟<br>②豚肉 玉葱<br>③アーサー 高野豆腐<br>④南瓜 おかか<br>⑤ぶどうジュース アガー                   | ①米 麦<br>②豆腐 挽肉 玉葱 葱<br>③わかめ カニカマ 豆苗 ごま<br>④胡瓜 春雨 ソーセージ<br>⑤バナナ               | ①米 もずく 人参 玉葱 いんげん<br>②小松菜 油揚げ 豆苗<br>③人参 玉葱 サバ缶<br>④オレンジジュース アガー  | ①米 粟<br>②キャベツ 人参 ビーマンソーセージ 卵<br>③玉葱 葱<br>④鶏肉 卵<br>⑤バナナ   |
| ☆おやつ  | シリアル 牛乳   | 青菜おにぎり 牛乳  | きな粉蒸しパン 牛乳  | おかかおにぎり 牛乳   | ヒラヤーチー 牛乳  | フルーチェクラッカー   |
| おやつ材料 | シリアル 牛乳   | 米 青菜ふりかけ 牛乳  | HM きな粉 オリゴ糖 牛乳  | 米 おかかふりかけ 牛乳   | 米粉 ニラ ツナ缶 卵 牛乳   | フルーチェの素 牛乳 クラッカー   |
| 献立    | 10  | 11   | 12  | お誕生日会<br>13  | 14   | 15   |
| 献立    | ①チキンクリームシチュー<br>②ブロッコリーサラダ<br>③オレンジ   | ①麦ご飯<br>②クープイリチー<br>③湯し豆腐汁<br>④しらす入り玉子焼き<br>⑤バナナ                   | ①人参ご飯<br>②魚のアクアパッツァ<br>③ミネストローネスープ<br>④ポテトサラダ<br>⑤オレンジ                    | ①茄子味噌丼<br>②なめこ汁<br>③もやしナムル<br>④ぶどうゼリー  | ①ピラフ<br>②南瓜ポタージュ<br>③マセドアンサラダ<br>④バナナ  | ①タコライス<br>②ジュリアンスープ<br>③ポテトフライ<br>④フルーツヨーグルト   |
| 材料    | ①米 鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 枝豆<br>②ブロッコリー 南瓜 チーズ<br>③オレンジ  | ①米 麦<br>②切昆布 人参 竹輪 糸蒟蒻 ツナ缶<br>③湯し豆腐 豆苗<br>④卵 しらす 葱<br>⑤バナナ         | ①米 人参<br>②魚 トマト しめじ エノキ 玉葱<br>③人参 玉葱 スープ麺 トマト缶<br>④じゃが芋 胡瓜 ソーセージ<br>⑤オレンジ | ①米 茄子 挽肉 玉葱 ニラ<br>②なめこ 高野豆腐 葱<br>③もやし 人参 ごま<br>④ぶどうジュース アガー                  | ①米 人参 玉葱 いんげん 卵<br>②南瓜 玉葱 豆乳 パセリ<br>③胡瓜 アボカド ハム チーズ<br>④バナナ  | ①米 挽肉 レタス トマト チーズ<br>②人参 玉葱 白菜 豆苗<br>③じゃが芋<br>④ヨーグルト ドライフルーツ   |
| ☆おやつ  | せんべい 牛乳   | アメリカンドック 牛乳  | しらすおにぎり お茶  | パースティケーキ 牛乳  | きつねおにぎり 牛乳   | 芋入り蒸しパン 牛乳   |
| おやつ材料 | 小魚せんべい 牛乳   | HM ソーセージ 牛乳  | 米 しらすふりかけ ルイボスティ  | シフォンケーキ 牛乳   | 米 油揚げ 牛乳   | HM さつま芋 オリゴ糖 牛乳  |
| 献立    | 17  | 18   | 19  | 20   | 3園合同ウォークラ<br>21  | 22   |
| 献立    | ①あわご飯<br>②豆腐ハンバーグ<br>③コーンクリームスープ<br>④法蓮草しらす和え<br>⑤バナナ   | ①沖縄ちゃんぼん<br>②もずくすまし汁<br>③ミートボールケチャップ煮<br>④オレンジ                     | ①あわご飯<br>②ポトフ風スープ<br>③魚フリッター<br>④フルーツヨーグルト                                | ①麦ご飯<br>②青椒肉絲<br>③春雨スープ<br>④バンサンスー<br>⑤バナナ                                   | ①チキンカレー<br>②コールスローサラダ<br>③カルピスゼリー<br> | ①みそ煮込みうどん<br>②もやしナムル<br>③竹輪磯辺揚げ<br>④りんご  |
| 材料    | ①米 粟<br>②豆腐 人参 玉葱 ひじき<br>③コーンクリーム缶 牛乳 パセリ<br>④法蓮草 しらす<br>⑤バナナ   | ①米 キャベツ 人参 もやし ビーマン ニラ 卵 ソーセージ<br>②もずく 奴豆腐 葱<br>③挽肉 玉葱 卵<br>④オレンジ  | ①米 粟<br>②鶏肉 冬瓜 人参 キャベツ じゃが芋 ブロッコリー<br>③白身魚 米粉 青のり<br>④ヨーグルト ドライフルーツ       | ①米 麦<br>②豚肉 ビーマン エリンギ エノキ<br>③春雨 わかめ 葱<br>④胡瓜 もやし カニカマ ごま<br>⑤バナナ            | ①米 鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 ブロッコリー<br>②キャベツ 人参 コーン<br>③カルピス アガー   | ①うどん麺 キャベツ ビーマン 人参 玉葱 豚肉<br>②もやし 人参 ごま<br>③竹輪 青のり 米粉 卵<br>④りんご   |
| ☆おやつ  | ホットケーキ 牛乳   | ふかし芋 牛乳  | 味噌入りボーボー 牛乳   | 鮭おにぎり 牛乳   | スナックパン 牛乳  | おかかおにぎり 牛乳   |
| おやつ材料 | HM 卵 オリゴ糖 バター 牛乳  | さつま芋 牛乳  | 小麦粉 卵 油味噌 BP 牛乳   | 米 鮭ふりかけ 牛乳   | スナックパン 牛乳  | 米 おかかふりかけ 牛乳   |
| 献立    | 24  | 25   | 26  | 27   | 28   | 29   |
| 献立    | ①ポークシチュー<br>②コールスローサラダ<br>③オレンジ   | ①麦ご飯<br>②ひじき煮<br>③根菜汁<br>④南瓜のそぼろ餡かけ<br>⑤バナナ                        | ①三色丼<br>②そーめん汁<br>③白菜和え<br>④パイン   | ①あわご飯<br>②酢魚<br>③青菜中華スープ<br>④胡瓜和え<br>⑤カルピスゼリー                                | ①麦ご飯<br>②豆腐チャンプルー<br>③フィヤベーススープ<br>④大根甘酢<br>⑤バナナ   | 親子で防災訓練<br>   |
| 材料    | ①米 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 いんげん エノキ<br>②キャベツ 人参 ツナ缶<br>③オレンジ  | ①米 麦<br>②ひじき 人参 玉葱 油揚げ 糸蒟蒻 枝豆<br>③大根 人参 牛蒡 ツナ缶 葱<br>④南瓜 挽肉<br>⑤バナナ | ①米 法蓮草 人参 卵<br>②素麺 葱<br>③白菜 ソーセージ<br>④パイン缶                                | ①米 粟<br>②白身魚 人参 バブリカ 玉葱 ビーマン エリンギ<br>③青梗菜 カニカマ 卵<br>④胡瓜 わかめ ツナ缶<br>⑤カルピス アガー | ①米 麦<br>②豆腐 もやし 小松菜 人参 ビーマン ソーセージ<br>③白身魚 玉葱 じゃが芋 トマト缶<br>④大根 人参<br>⑤バナナ   |  |
| ☆おやつ  | クラッカー 牛乳  | チーズ入りじゃがもち 牛乳  | 青菜おにぎり 牛乳   | ミロ蒸しパン 牛乳  | しらすおにぎり 牛乳   |  |
| おやつ材料 | クラッカー 牛乳  | じゃが芋 チーズ 片栗粉 牛乳  | 米 青菜ふりかけ 牛乳   | HM ミロ オリゴ糖 牛乳  | 米 しらすふりかけ 牛乳   |  |