



(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	※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。		1 年始休暇	2 年始休暇	3 年始休暇	4 お店屋さんごっこ
材料						
☆おやつ						
おやつ材料						
献立	6 ①きのこカレー ②ポテトサラダ ③みかん	7 ①焼き鮭入り七草粥 ②なめこ汁 ③だし巻き卵 ④バナナ	8 ①麦ご飯 ②麩チャンプルー ③そーめん汁 ④法蓮草胡麻和え ⑤カルピスゼリー	9 ①麻婆豆腐丼 ②わかめ中華スープ ③人参ナムル ④みかん	10 ①あわご飯 ②人参シリシリ ③豚汁 ④納豆しらす ⑤バナナ	11 ①野菜うどん ②チキンピカタ ③大根梅おかか和え ④りんご
材料	①米 エノキ じめじ 舞茸 エリンギ 人参 玉葱 ツナ缶 ②じゃが芋 枝豆 人参 ③みかん	①米 セリ ナズナ ゴギョウ スズナ ハコベラ ホトケノザ スズシロ 鮭 ②なめこ エノキ 葱 ③卵 白だし ④バナナ	①米 麦 ②麩 もやし 人参 玉葱 ビーマン キャベツ ツナ缶 卵 ③素麺 葱 油揚げ ④法蓮草 人参 胡麻 ⑤カルピス アガー	①米 豆腐 挽肉 玉葱 ビーマン ②わかめ 玉葱 豆苗 ③人参 もやし 胡麻 ④みかん	①米 粟 ②人参 ニラ ツナ缶 ③豚肉 大根 人参 牛蒡 じゃが芋 葱 ④納豆 しらす ⑤バナナ	①うどん 麺 人参 玉葱 キャベツ 法蓮草 竹輪 ②鶏肉 米粉 卵 ③大根 梅干し おかか ④りんご
☆おやつ	せんべい 牛乳	黒糖蒸しパン 牛乳	チーズフォンデュ	青菜おにぎり 牛乳	ちんびん 牛乳	きつねおにぎり 牛乳
おやつ材料	小魚せんべい 牛乳	HM 黒糖 牛乳	人参 じゃが芋 ブロッコリー チーズ	米 青菜ふりかけ 牛乳	米粉 粉黒糖 BP 牛乳	米 油揚げ ごま 牛乳
献立	13 休園	14 ①ミートボールシチュー ②温サラダ ③みかん	15 ①麦ご飯 ②クレープイリチー ③ゆし豆腐汁 ④法蓮草お浸し ⑤バナナ	16 お誕生日会 お弁当 	17 ①三色丼 ②ブイヤベーススープ ③コロッケ ④バナナ	18 ①沖縄ちゃんぽん ②アーサーの味噌汁 ③南瓜甘煮 ④みかん
材料		①米 挽肉 玉葱 人参 じゃが芋 いんげん ②大根 人参 ブロッコリー ③みかん	①米 麦 ②切昆布 人参 竹輪 糸蒟蒻 ツナ缶 ③ゆし豆腐 葱 ④法蓮草 しらす ⑤バナナ		①米 法蓮草 人参 卵 ②魚 じゃが芋 玉葱 トマト缶 ③じゃが芋 人参 玉葱 挽肉 ④バナナ	①米 キャベツ 人参 玉葱 ビーマン ソーセージ 卵 ②アーサー 高野豆腐 ③南瓜 おかか ④みかん
☆おやつ		クラッカー 牛乳	魚天ぷら 牛乳	パースティケーキ 牛乳	鮭おにぎり 牛乳	芋天ぷら 牛乳
おやつ材料		クラッカー 牛乳	白身魚 米粉 BP 卵 牛乳	シフォンケーキ 牛乳	米 鮭ふりかけ 牛乳	さつま芋 米粉 BP 牛乳
献立	20 ①サバカレー ②コールスローサラダ ③バナナ	21 ①肉豆腐丼 ②きのこ味噌汁 ③小松菜和え ④みかん	22 ①チキンカレー ②コールスローサラダ ③バナナ 	23 ①麦ご飯 ②八宝菜 ③味噌汁 ④もやしナムル ⑤りんご	24 ①あわご飯 ②ひじき煮 ③冬瓜味噌汁 ④納豆 ⑤バナナ	25 ①混ぜご飯 ②ジュリアンスープ ③チーズオムレツ ④フルーツヨーグルト
材料	①米 鯖缶 人参 玉葱 じゃが芋 ビーマン ②キャベツ 人参 枝豆 ③バナナ	①米 挽肉 豆腐 玉葱 いんげん ②きのこ なめこ 油揚げ 葱 ③小松菜 人参 もやし ④みかん	①米 鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 ブロッコリー ②キャベツ 人参 コーン ③バナナ	①米 麦 ②白菜 玉葱 人参 エリンギ ビーマン エノキ わかめ 豚肉 ③麩 豆苗 ④もやし 胡瓜 ソーセージ ⑤りんご	①米 粟 ②ひじき 人参 玉葱 枝豆 糸蒟蒻 油揚げ ③冬瓜 ツナ缶 豆苗 ④納豆 ⑤バナナ	①米 人参 いんげん 牛蒡 油揚げ ②玉葱 人参 大豆 ソーセージ ③卵 チーズ パセリ ④ヨーグルト ドライフルーツ
☆おやつ	シリアル 牛乳	チーズフォンデュ	おかかおにぎり 牛乳	ふかし芋 牛乳	もずく入りヒラヤーチー 牛乳	青菜おにぎり 牛乳
おやつ材料	シリアル 牛乳	人参 じゃが芋 ブロッコリー チーズ	米 おかかふりかけ 牛乳	さつま芋 牛乳	米粉 もずく ツナ缶 牛乳	米 青菜ふりかけ 牛乳
献立	27 ①ポークシチュー ②ブロッコリーサラダ ③みかん	28 ①麦ご飯 ②マカロニグラタン ③ミネストローネスープ ④レタスサラダ ⑤バナナ	29 ①魚蒲焼き丼 ②青菜すまし汁 ③温野菜サラダ ④ぶどうゼリー	30 ①あわご飯 ②春雨チャブチェ炒め ③玉葱中華スープ ④棒棒鶏 ⑤バナナ	31 ①麦ご飯 ②豚肉生姜焼き ③湯し豆腐汁 ④コールスローサラダ ⑤みかん	
材料	①米 豚肉 人参 じゃが芋 玉葱 大豆 いんげん ②ブロッコリー 人参 チーズ ③みかん	①米 麦 ②マカロニ 玉葱 しめじ ブロッコリー ツナ缶 チーズ ③じゃが芋 人参 いんげん トマト缶 ④レタス トルティーヤチップ ⑤バナナ	①米 白身魚 刻み海苔 ②豆苗 葱 高野豆腐 ③人参 大根 いんげん ゆで卵 ④ぶどうジュース アガー ⑤バナナ	①米 粟 ②春雨 挽肉 人参 ニラ ビーマン ③玉葱 わかめ 葱 ④鶏肉 胡瓜 胡麻 ⑤バナナ	①米 麦 ②豚肉 玉葱 生姜 ③湯し豆腐 豆苗 ④白菜 人参 コーン缶 ⑤みかん	
☆おやつ	ビスケット 牛乳	しらすおにぎり 牛乳	ポーポー 牛乳	バナナケーキ 牛乳	ポケットジャムパン 牛乳	
おやつ材料	ビスケット 牛乳	米 しらすふりかけ 牛乳	小麦粉 BP オリゴ糖 牛乳	バナナ HM オリゴ糖 バター 牛乳	食パン ジャム 牛乳	