



5月給食献立表(前半)



日 曜日	献立名	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん	おやつ(共通)
		からだをつくるもと	エネルギーやちからのもと	からだやおなかのちよろしさをとるえもと	
1 水	玄米ご飯		米 発芽玄米		オレンジ 牛乳 手作りさつまいも蒸しパン
	マーボーなす	豚肉 豆腐		しょうが にんにく なす 人参 長ねぎ 玉ねぎ	
	春雨サラダ	鶏肉	春雨	きゅうり 人参 山東菜 青ねぎ わかめ	
	みそ汁				
2 木	きびご飯		米 もちきび		アンパンマンペビーせんべい 牛乳 こどもの日デザート カルシウムせんべい 【1歳児なし】
	かぶと型ハンバーグ	ハンバーグ[鶏肉 豚肉 大豆]		ハンバーグ[玉ねぎ トマト にんにく しょうが]	
	ゴマ和え	卵なしちくわ	白ごま	ほうれんそう 人参 白菜 コーン セロリ 玉ねぎ トマト	
	トマトとコーンのスープ	鶏肉	片栗粉	人参 バナナ	
3 金	憲法記念日				
4 土	みどりの日				
6 月	振替休日				
7 火	玄米ご飯		米 発芽玄米		ハイハイン 牛乳 手作りぶどうゼリー
	あったか丼	豚肉 厚揚げ	片栗粉	白菜 小松菜 チンゲンサイ 玉ねぎ 人参 しょうが	
	ハンパンジー	鶏肉	白ごま ごま油	もやし きゅうり	
	大根スープ	無塩せきベーコン		大根 白菜 玉ねぎ しいたけ	
8 水	大豆入りミートスパゲティ	豚肉 大豆 豚レバー	スパゲッティ ケチャップ 米粉	玉ねぎ 人参 セロリ トマト パセリ にんにく	オレンジ 麦茶 手づくりゆかりしらすおにぎり
	ゴーヤーのマヨネーズ和え	ツナ	卵なしマヨネーズ	ゴーヤー 玉ねぎ 人参	
	すまし汁	豆腐		白菜 しいたけ 青ねぎ	
	甘夏みかん			甘夏みかん	
9 木	きびご飯		米 もちきび		アンパンマンペビーせんべい 牛乳 ポテトの海苔塩揚げ
	さばの塩焼き	さば		ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく	
	栄養きんぴら	豚肉		アーサ えのきたけ 青ねぎ	
	みそ汁			バナナ	
10 金	玄米ご飯		米 発芽玄米		バナナ 牛乳 米粉ウインナー入り蒸しパン
	肉じゃが	豚肉	ポテト	玉ねぎ 人参 こんにゃく	
	磯香和え	しらす		白菜 人参 チンゲンサイ 海苔	
	すまし汁	鶏肉		大根 ごぼう 長ねぎ	
11 土	きびご飯		米 もちきび		アンパンマンペビーせんべい 牛乳 ミニたい焼き
	チャプチェ風丼	豚肉	春雨 白ごま ごま油	人参 玉ねぎ 青ピーマン しいたけ にんにく しょうが	
	臭たくさんみそ汁	鶏肉	ポテト	大根 人参 青ねぎ	
	グレープフルーツ			グレープフルーツ	
13 月	きびご飯		米 もちきび		アンパンマンペビーせんべい 牛乳 玄米棒【1歳児】野菜ハイハイン
	ポークカレー	豚肉	ポテト アレルゲンフリーカレー ルー 米粉 ケチャップ	玉ねぎ 人参	
	ごぼうサラダ	ツナ	卵なしマヨネーズ	ごぼう 赤ピーマン きゅうり コーン	
	冬瓜とわかめのスープ	鶏肉		冬瓜 わかめ いら ニューサマー	
14 火	きびご飯		米 もちきび		ハイハイン 牛乳 手作り米粉のもっちりバナナパン
	いわしのみぞれ煮	いわしのみぞれ煮[いわし]		いわしのみぞれ煮[大根]	
	ひき肉と春雨の炒め物	豚肉	春雨 白ごま ごま油	人参 玉ねぎ 青ピーマン にんにく しょうが	
	フィッシュつくね汁	フィッシュボール[大豆 魚]		フィッシュボール[山芋] 長ねぎ キャベツ えのきたけ	
15 水	野菜そば	豚肉	沖縄そば	青ねぎ キャベツ もやし いら	オレンジ 麦茶 わかめおにぎり
	さつまいも天ぷら		さつまいも天ぷら 【さつまいも 小麦粉】	白菜 きゅうり 人参	
	しらす和え	しらす			
16 木	赤飯 油みそ	ツナ 糸削り	米 黒米 もちきび		アンパンマンペビーせんべい 牛乳 バナナ 誕生会 【1歳児】米粉のカップケーキ
	鶏肉の照り焼き	鶏肉	片栗粉		
	クープイリチー	豚肉		昆布 人参 切干大根 こんにゃく	
	シカムドッチ	豚肉 卵なし白かまぼこ		こんにゃく 冬瓜 しいたけ	
	カットロールケーキ		カットロールケーキ	【1歳児】バナナ	

※アレルゲンを()内に表示しています。

※アレルゲンの確認のため、毎月の献立表をチェックして、お子さんが食べたことのない食材(特にタンパク質食品)があれば、まずご家庭で食べさせてみて、様子を確認していただくようお願いいたします。

※給食センターでは、新鮮な食材を仕入れるため野菜等は出来るだけ農産物としていますが、仕入れが出来ない場合は県外産も使用しています。

※食材は、天候その他の都合により変更する場合があります。

※給食の取り置きは衛生面により11時半までとなりました。11時半以降から登園する場合は給食の提供はできませんのでご了承ください

令和6年度



5月給食献立表(後半)



那覇市こども教育保育課
みらいこども園

日曜日	献立名	あかのしょくひん			きいろのしょくひん			みどりのしょくひん			おやつ(共通)
		からだをつくるもと			エネルギーやちからのもと			からだやおなかのちょうしをととのえるもと			
17金	玄米ご飯 鮭の南蛮漬け かぼちゃのひき肉炒め みそ汁	鮭 豚肉 油あげ		米 発芽玄米 片栗粉 ごま油		米 発芽玄米 かぼちゃ しょうが 玉ねぎ ほうれんそう 青ねぎ		バナナ 牛乳 フルーツヨーグルト			
18土	玄米ご飯 煮つけ みそ汁 バナナ	豚肉 鶏肉		米 発芽玄米 ポテト		大根 人参 昆布 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ バナナ		牛乳 スイートポテト			
20月	きびご飯 豚丼 ゴーヤーチップス もずくスープ ニューサマー	豚肉		米 もちきび 片栗粉 片栗粉 米粉		しょうが にんにく 小松菜 こんにゃく 玉ねぎ 人参 長ねぎ ゴーヤー もずく 玉ねぎ えのきたけ 青ねぎ しょうが ニューサマー		アンパンマンベビーせんべい 牛乳 手作りりんごゼリー			
21火	玄米ご飯 五目厚焼きたまご レバにら炒め みそ汁	五目厚焼きたまご[卵] 豚レバー		米 発芽玄米 片栗粉		五目厚焼きたまご[人参 グリーンピース コーン たけのこ しいたけ] にんにく しょうが もやし 玉ねぎ 人参 にら 小松菜 白菜 しいたけ えのきたけ 青ねぎ		ハイハイン 牛乳 蒸し大学芋			
22水	五目あんかけラーメン ポークシューマイ ゆかり和え グレープフルーツ	豚肉 ポークシューマイ[豚肉] しらす		中華めん 片栗粉 ごま油 ポークシューマイ[小麦粉]		人参 白菜 チンゲンサイ しいたけ にんにく しょうが ポークシューマイ[玉ねぎ] 大根 きゅうり ゆかり グレープフルーツ		オレンジ 麦茶 ツナ・コーンおにぎり			
23木	玄米ご飯 なすと豚肉のしょうが焼き 中華サラダ 切干大根のスープ オレンジ	豚肉 ツナ 鶏肉		米 発芽玄米 春雨 ごま油		なす 玉ねぎ 人参 しょうが キャベツ チンゲンサイ 切干大根 にんにく 人参 しいたけ パセリ オレンジ		アンパンマンベビーせんべい 牛乳 おからドーナツ			
24金	玄米ご飯 豆腐ハンバーグきのこあんかけ パパイヤリチー みそ汁	豆腐ハンバーグ[豆腐 鶏肉 おから] 豚肉		米 発芽玄米 片栗粉 ポテト		豆腐ハンバーグ[玉ねぎ にんにく しょうが] しめじ えのきたけ 玉ねぎ パパイヤ にら 人参 山東菜 玉ねぎ		バナナ 牛乳 かぼちゃあずきケーキ			
25土	玄米ご飯 ハヤシライス コンソメスープ オレンジ	牛肉		米 発芽玄米 ケチャップ 米粉 アレルゲンフリーハヤシベース 鶏肉		玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース トマト キャベツ 玉ねぎ えのきたけ セロリ オレンジ		牛乳 ブルーベリースティックタルト			
27月	玄米ご飯 鶏そぼろ丼 わかめときゅうりのツナ和え みそ汁 ミネオラオレンジ	鶏肉 ツナ 油あげ		米 発芽玄米		しょうが 人参 いんげん わかめ きゅうり 山東菜 青ねぎ ミネオラオレンジ		アンパンマンベビーせんべい 牛乳 フルーツミックス			
28火	きびご飯 チキンから揚げ ひじき炒め みそ汁	鶏肉 豚肉 油あげ 厚揚げ		米 もちきび 片栗粉		にんにく しょうが ひじき こんにゃく キャベツ 人参 枝豆 冬瓜 わかめ		ハイハイン 牛乳 手作りバナナ黒糖蒸しパン			
29水	ホットパン カレードッグ キャベツのツナ和え コーンポタージュ	豚肉 大豆 ツナ 豆乳		ホットパン 米粉 ケチャップ アレルゲンフリー カレールー 白ごま 米粉		人参 玉ねぎ 青ピーマン にんにく トマト キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ		オレンジ 麦茶 ひじきおにぎり			
30木	玄米ご飯 鮭のマヨネーズかけ もやし炒め 冬瓜と青菜のスープ バナナ	鮭 ツナ 鶏肉		米 発芽玄米 卵なしマヨネーズ		玉ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン パセリ もやし キャベツ 人参 冬瓜 小松菜 えのきたけ バナナ		アンパンマンベビーせんべい 牛乳 大学芋			
31金	きびご飯 豚肉と昆布の炒め煮 ゴマ和え みそ汁	豚肉		米 もちきび 片栗粉 ごま油 白ごま		しょうが 人参 青ピーマン 昆布 キャベツ 人参 チンゲンサイ 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ		バナナ 牛乳 ほうれん草チーズ蒸しパン			