

令和7年度



1 月 給 食 献 立 表

那覇市こども教育保育課
みらいこども園

日	曜日	提供	献立名	あかのしよくひん	さいろのしよくひん	みどりのしよくひん
				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うしをととのえるもと
5	月		朝	ベビーせんべい	アンパンマンベビーせんべい	
			給食	きびご飯 チキンカレー あっさりピクルス 冬瓜とコーンのスープ	米 もちきび ポテト アレルゲンフリーカレー ルー 米粉 ケチャップ 鶏肉 鶏肉 片栗粉	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり 人参 レモン コーン 冬瓜 玉ねぎ
			おやつ	手作りぶどうゼリー	ぶどうジュース	寒天 バイン
6	火		朝	バナナ		バナナ
			給食	きびご飯 肉じゃが 白菜のツナ和え みそ汁 オレンジ	米 もちきび ポテト 白ごま 豚肉 ツナ 厚揚げ みそ	玉ねぎ 人参 こんにゃく 白菜 人参 わかめ キャベツ 長ねぎ オレンジ
			おやつ	玄米棒【1歳児】ベビーせんべい	玄米棒 【1歳児】ベビーせんべい	
7	水		朝	オレンジ		オレンジ
			給食	胚芽パン ハンバーグ きのことソース かぼちゃサラダ チンゲン菜スープ	胚芽パン ハンバーグ【鶏肉・豚肉・大豆】 ポテト 卵なしマヨネーズ 鶏肉	ハンバーグ【玉ねぎ・トマト・にんにく・しょうが】 玉ねぎ にんにく しめじ えのきたけ トマト かぼちゃ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ しいたけ 長ねぎ
			おやつ	菜めしおにぎり	米	菜めし【広島菜・京菜・大根菜】
8	木		朝	ハイハイ	ハイハイ	
			給食	きびご飯 マグロの照り焼き 栄養きんぴら みそ汁	米 もちきび 片栗粉 まぐろ 豚肉 みそ ポテト	ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく 小松菜 玉ねぎ
			おやつ	手作り米粉のバナナパン	米粉	バナナ レモン
9	金		朝	ベビーせんべい	アンパンマンベビーせんべい	
			給食	きびご飯 なすと豚肉のしょうが焼き ほうれん草の白和え すまし汁 バナナ	米 もちきび 白ごま ごま油 豚肉 豆腐 油あげ	なす 玉ねぎ 人参 しょうが ほうれん草 人参 冬瓜 キャベツ バナナ
			おやつ	蒸し大学芋	さつまいも 黒ごま	
10	土		給食	きびご飯 手作りのり佃煮 煮つけ みそ汁 グレープフルーツ	米 もちきび ポテト 豚肉 卵なしちくわ 鶏肉 みそ	海苔 大根 人参 冬瓜 山東菜 青ねぎ グレープフルーツ
			おやつ	ミニたい焼き	ミニたい焼き	
12	月		成人の日			
13	火		朝	バナナ		バナナ
			給食	きびご飯 ビビンバ風丼 ごぼうチップス 春雨スープ みかん	米 もちきび ごま油 白ごま 片栗粉 米粉 春雨 豚肉 鶏肉	しょうが にんにく もやし 人参 小松菜 ごぼう 白菜 しいたけ 長ねぎ みかん
			おやつ	バイクドポテト	ポテト	にんにく
14	水		朝	オレンジ		オレンジ
			給食	きびご飯 豆腐チャンプルー ゴマ和え すまし汁	米 もちきび 白ごま 豚肉 厚揚げ ツナ 鶏肉	人参 キャベツ バクチョイ いんげん 人参 白菜 大根 えのきたけ しいたけ
			おやつ	塩昆布・ツナおにぎり	米	塩昆布
15	木		朝	ハイハイ	ハイハイ	
			給食	きびご飯 白身魚の西京焼き ひじき炒め 味噌ちゃんご風スープ みかん	米 もちきび 片栗粉 ホキ みそ 豚肉 枝豆 油あげ 鶏肉 豆腐 みそ	ひじき 人参 キャベツ こんにゃく 人参 にも もやし 白菜 えのきたけ にんにく しょうが みかん
			おやつ	手作りぜんざい	黒糖	
16	金		朝	ベビーせんべい	アンパンマンベビーせんべい	
			給食	赤飯・油みそ 星のコロッケ 千切りイリチー シカムドゥッチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ	米 黒米 コロッケ【ポテト・パン粉・小麦粉】 コロッケ【鶏肉・豚肉】 豚肉 卵なしちくわ 油あげ 豚肉 卵なし白かまぼこ カッタロールケーキ	コロッケ【玉ねぎ】 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ 【1歳児】バナナ
			おやつ	バナナ 【1歳児】米粉カップケーキ	【1歳児】米粉カップケーキ	バナナ
17	土		給食	きびご飯 中華丼 具だくさん汁 オレンジ	米 もちきび 片栗粉 ポテト 豚肉 鶏肉 みそ	白菜 人参 青ピーマン 黄ピーマン しいたけ にんにく しょうが 大根 小松菜 青ねぎ オレンジ
			おやつ	やわらかおかき	やわらかおかき	

令和7年度



1 月 給 食 献 立 表

那覇市こども教育保育課
みらいこども園

日	曜日	提供	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	
				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	
19	月		朝	ベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食	きびご飯 ドライカレー あっさりピクルス 冬瓜とコーンのスープ	豚肉 大豆 鶏肉	米 もちきび 米粉 ケチャップ アレルゲンフ リーカレールー	人参 玉ねぎ 青ピーマン トマト しょうが にんにく キャバツ きゅうり 人参 レモン コーン 冬瓜 玉ねぎ
			おやつ	手作りぶどうゼリー		ぶどうジュース	寒天 バイン
			朝	バナナ			バナナ
20	火		給食	きびご飯 肉じゃが 白菜のツナ和え みそ汁 オレンジ	豚肉 ツナ 厚揚げ みそ	米 もちきび ポテト 白ごま	玉ねぎ 人参 こんにゃく 白菜 人参 わかめ キャバツ 長ねぎ オレンジ
			おやつ	手作りウインナー蒸しパン	豆乳 無塩せきウインナー	小麦粉	
			朝	オレンジ			オレンジ
			給食	五目うどん さつまいも天ぷら おかか和え	豚肉 油あげ 糸削り しらす	うどん さつまいも天ぷら[さつまいも・小 麦粉]	白菜 長ねぎ 人参 小松菜 大根
21	水		おやつ	しそひじきおにぎり		米	ひじき しょうが ゆかり
			朝	ハイハイ		ハイハイ	
			給食	きびご飯 マグロの照り焼き 栄養きんぴら みそ汁	まぐろ 豚肉 みそ	米 もちきび 片栗粉 ポテト	ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく 小松菜 玉ねぎ
			おやつ	手作り米粉のバナナパン	豆乳	米粉	バナナ レモン
22	木		朝	ベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			統一弁当会				
			おやつ			ジョア サクらか	
			給食	きびご飯 手作りのり佃煮 煮つけ みそ汁 グレープフルーツ	豚肉 卵なしちくわ 鶏肉 みそ	米 もちきび ポテト	海苔 大根 人参 冬瓜 山東菜 青ねぎ グレープフルーツ
23	金		おやつ	ミニたい焼き		ミニたい焼き	
			朝	ベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食	きびご飯 もずく丼 ゆかり和え みそ汁 みかん	豚肉 ツナ 油あげ みそ	米 もちきび 片栗粉	もずく しょうが 赤ピーマン 青 ピーマン コーン 大根 きゅうり ゆかり キャバツ 青ねぎ みかん
			おやつ	バイクドポテト		ポテト	にんにく
24	土		朝	バナナ			バナナ
			給食	きびご飯 すきやき ごぼうサラダ みそ汁	牛肉 豆腐 ツナ みそ	米 もちきび 卵なしマヨネーズ さといも	白菜 小松菜 人参 長ねぎ こんにゃく ごぼう 赤ピーマン きゅうり 大根 しめじ
			おやつ	手作り黒糖レーズン蒸しパン	豆乳	小麦粉 黒糖	レーズン
			朝	オレンジ			オレンジ
25	日		給食	きびご飯 豆腐チャンプルー ゴマ和え すまし汁	豚肉 厚揚げ ツナ 鶏肉	米 もちきび 白ごま	人参 キャバツ バクチョイ いんげん 人参 白菜 大根 えのきたけ しいたけ
			おやつ	塩昆布・ツナおにぎり	ツナ	米	塩昆布
			朝	ハイハイ		ハイハイ	
			給食	きびご飯 白身魚の西京焼き ひじき炒め 味噌汁 みかん	ホキ みそ 豚肉 枝豆 油あげ 鶏肉 豆腐 みそ	米 もちきび 片栗粉	ひじき 人参 キャバツ こんにゃく 人参 たら もやし 白菜 えのきたけ にんにく しょうが みかん
26	月		おやつ	手作りぜんざい	ぜんざい豆	黒糖	
			朝	ベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食	きびご飯 なすと豚肉のしょうが焼き ほうれん草の白和え すまし汁 バナナ	豚肉 豆腐 油あげ	米 もちきび 白ごま ごま油	なす 玉ねぎ 人参 しょうが ほうれん草 人参 冬瓜 キャバツ バナナ
			おやつ	蒸し大学芋		さつまいも 黒ごま	
27	火		給食	きびご飯 中華丼 具だくさん汁 オレンジ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび 片栗粉 ポテト	白菜 人参 青ピーマン 黄ピーマ ン しいたけ にんにく しょうが 大根 小松菜 青ねぎ オレンジ
			おやつ	やわらかおかき		やわらかおかき	
			朝	ベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食	きびご飯 なすと豚肉のしょうが焼き ほうれん草の白和え すまし汁 バナナ	豚肉 豆腐 油あげ	米 もちきび 白ごま ごま油	なす 玉ねぎ 人参 しょうが ほうれん草 人参 冬瓜 キャバツ バナナ
28	水		朝	オレンジ			オレンジ
			給食	きびご飯 豆腐チャンプルー ゴマ和え すまし汁	豚肉 厚揚げ ツナ 鶏肉	米 もちきび 白ごま	人参 キャバツ バクチョイ いんげん 人参 白菜 大根 えのきたけ しいたけ
			おやつ	塩昆布・ツナおにぎり	ツナ	米	塩昆布
			朝	ハイハイ		ハイハイ	
29	木		給食	きびご飯 白身魚の西京焼き ひじき炒め 味噌汁 みかん	ホキ みそ 豚肉 枝豆 油あげ 鶏肉 豆腐 みそ	米 もちきび 片栗粉	ひじき 人参 キャバツ こんにゃく 人参 たら もやし 白菜 えのきたけ にんにく しょうが みかん
			おやつ	手作りぜんざい	ぜんざい豆	黒糖	
			朝	ベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食	きびご飯 なすと豚肉のしょうが焼き ほうれん草の白和え すまし汁 バナナ	豚肉 豆腐 油あげ	米 もちきび 白ごま ごま油	なす 玉ねぎ 人参 しょうが ほうれん草 人参 冬瓜 キャバツ バナナ
30	金		おやつ	蒸し大学芋		さつまいも 黒ごま	
			給食	きびご飯 中華丼 具だくさん汁 オレンジ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび 片栗粉 ポテト	白菜 人参 青ピーマン 黄ピーマ ン しいたけ にんにく しょうが 大根 小松菜 青ねぎ オレンジ
			おやつ	やわらかおかき		やわらかおかき	
			朝	ベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
31	土		給食	きびご飯 中華丼 具だくさん汁 オレンジ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび 片栗粉 ポテト	白菜 人参 青ピーマン 黄ピーマ ン しいたけ にんにく しょうが 大根 小松菜 青ねぎ オレンジ
			おやつ	やわらかおかき		やわらかおかき	
			朝	ベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食	きびご飯 中華丼 具だくさん汁 オレンジ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび 片栗粉 ポテト	白菜 人参 青ピーマン 黄ピーマ ン しいたけ にんにく しょうが 大根 小松菜 青ねぎ オレンジ

※アレルギーの確認のため、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県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