

**1月給食献立表**

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
5	月	牛乳	朝 給食	ベビーせんべい 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	鶏肉 鶏肉	アンパンマンベビーせんべい 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 片栗粉
			おやつ	手作りぶどうゼリー		ぶどうジュース
			朝 給食	バナナ 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	玉ねぎ 人参 キャベツ キュウリ 人参 レモン コーン 冬瓜 玉ねぎ
6	火	牛乳	朝 給食	玄米棒【1歳児】ベビーせんべい		寒天 パイン
			おやつ			バナナ
			朝 給食	オレンジ 胚芽パン ハンバーグ きのこソース かぼちゃサラダ チングン菜スープ	ハンバーグ【鶏肉・豚肉・大豆】 鶏肉	胚芽パン ポテト 卵なしマヨネーズ
7	水	麦茶	朝 給食	菜めしおにぎり		オレンジ
			おやつ		米	菜めし【広島菜・京菜・大根葉】
			朝 給食	ハイハイパン きびご飯 マグロの照り焼き 栄養さんぴら みそ汁	まぐろ 豚肉 みそ	ハイハイパン 米もちきび 片栗粉
8	木	牛乳	朝 給食	手作り米粉のバナナパン	豆乳	米粉
			おやつ			バナナ レモン
			朝 給食	ベビーせんべい 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	アンパンマンベビーせんべい 米もちきび 白ごま ごま油
9	金	牛乳	朝 給食	蒸し大学芋		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		さつまいも 黒ごま	
			朝 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
10	土	牛乳	朝 給食	ミニたい焼き		ミニたい焼き
			おやつ			
			朝 給食			

**成人の日**

日	曜日	提供	献立名	パナナ		
				バナナ	しょうが	人参
13	火	牛乳	朝 給食	バナナ 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	豚肉 鶏肉	米もちきび ごま油 白ごま 片栗粉 米粉 春雨
			おやつ	ペイクドポテト		にんにく
			朝 給食	オレンジ 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
14	水	麦茶	朝 給食	塩昆布・ツナおにぎり	ツナ	米
			おやつ			塩昆布
			朝 給食	ハイハイパン きびご飯 白身魚の西京焼き ひじき炒め 味噌ちゃんこ風スープ みかん	ホキ みそ 豚肉 枝豆 油あげ 鶏肉 豆腐 みそ	ハイハイパン 米もちきび 片栗粉
15	木	牛乳	朝 給食	手作りぜんざい	ぜんざい豆	黒糖
			朝 給食	ベビーせんべい 赤飯・油みそ 星のコロッケ 千切りイリチー シカムドウチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ		アンパンマンベビーせんべい
			おやつ	バナナ【1歳児】米粉カップケーキ		米 黒米 コロッケ【ポテト・パン粉・小麦粉】 カットロールケーキ
16	金	牛乳	朝 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	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	やわらかおかき		[1歳児] 米粉カップケーキ
			朝 給食			バナナ
17	土	牛乳	朝 給食	きびご飯 中華丼 具だくさん汁 オレンジ		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		

**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	牛乳	朝 給食	ベビーせんべい 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	アンパンマンベビーせんべい 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 片栗粉
			おやつ	手作りぶどうゼリー	ぶどうジュース	人参 玉ねぎ 青ビーマン トマト しょうが にんにく キャベツ きゅうり 人参 レモン コーン 冬瓜 玉ねぎ
			朝 給食	バナナ 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	バナナ 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
20	火	牛乳	朝 給食	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 給食	オレンジ 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	オレンジ 白菜 長ねぎ 人参 小松菜 大根
			おやつ	しそひじきおにぎり	米	ひじき しょうが ゆかり
21	水	麦茶	朝 給食	ハイハイパン きびご飯 マグロの照り焼き 栄養さんぴら みそ汁	まぐろ 豚肉 みそ	ハイハイパン 米 もちきび 片栗粉
			おやつ	手作り米粉のバナナパン	豆乳	ごぼう 人参 青ビーマン こんにゃく 小松菜 玉ねぎ
			朝 給食	ベビーせんべい	アンパンマンベビーせんべい	
23	金		朝 おやつ		ジョア サクラか	
			朝 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
			おやつ	ミニたい焼き	ミニたい焼き	海苔 大根 人参 冬瓜 山東菜 青ねぎ グレープフルーツ
24	土	牛乳	朝 給食	ベビーせんべい 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	アンパンマンベビーせんべい 米 もちきび 片栗粉
			おやつ	ペイクドポテト	ポテト	もずく しょうが 赤ビーマン 青ビーマン コーン 大根 きゅうり ゆかり キャベツ 青ねぎ みかん
			朝 給食	バナナ きびご飯 すきやき ごぼうサラダ みそ汁	豚肉 ツナ 油あげ みそ	バナナ 米 もちきび
26	月	牛乳	朝 給食	ベビーせんべい きびご飯 もずく丼 ゆかり和え みそ汁 みかん	ツナ 油あげ みそ	卵なしマヨネーズ さといも
			おやつ	ハイハイパン	ポテト	ごぼう 赤ビーマン きゅうり 大根 しめじ
			朝 給食	手作り黒糖レーズン蒸しパン	豆乳	レーズン
28	水	麦茶	朝 給食	オレンジ 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	オレンジ 米 もちきび 白ごま
			おやつ	塩昆布・ツナおにぎり	ツナ	人参 キャベツ パクチヨイ いんげん 人参 白菜 大根 えのきたけ しいたけ
			朝 給食	ハイハイパン きびご飯 白身魚の西京焼き ひじき炒め 味噌ちゃんこ風スープ みかん	ホキ みそ 豚肉 枝豆 油あげ 鶏肉 豆腐 みそ	塩昆布 ひじき 人参 キャベツ こんにゃく 人参 にら もやし 白菜 えのき たけ にんにく しょうが みかん
29	木	牛乳	朝 給食	手作りぜんざい	ぜんざい豆	黒糖
			朝 給食	ベビーせんべい 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	アンパンマンベビーせんべい 米 もちきび
			おやつ	蒸し大学芋	ツナ	白ごま ごま油
30	金	牛乳	朝 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	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	やわらかおかき	さつまいも 黒ごま	
			朝 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	白菜 人参 青ビーマン 黄ビーマン しいたけ にんにく しょうが 大根 小松菜 青ねぎ オレンジ
31	土	牛乳	おやつ	やわらかおかき	やわらかおかき	

\*ア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、ます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。