

令和8年度



7 月 給 食 献 立 表



那覇市こども教育課
みらいこども園

日	曜日	提供	献立名	あかのしょくひん からだをつくるもと	きいろのしょくひん エネルギーやちからのもと	みどりのしょくひん からだやおなかのちょうしをとのえるもと
1	水		朝 オレンジ			オレンジ
			給食 きびご飯 手作りのり佃煮 アーサ入り厚焼きたまご ウンチエー炒め 豚汁	アーサ入り厚焼きたまご【卵】 豚肉 厚揚げ 豚肉 みそ	米 もちきび さといも	海苔 アーサ入り厚焼きたまご【アーサ】 エンサイ チンゲンサイ 人参 にんにく 大根 人参 こんにゃく 長ねぎ
			おやつ しらすおかかチーズおにぎり	チーズ しらす 糸削り	米 白ごま	
			ハイハイ		ハイハイ	
2	木		朝 きびご飯 へちまのみそ煮 キャベツのさっぱり和え	豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 梅ごはんの素【かつお節】	米 もちきび	へちま 人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり 梅ごはんの素【梅・赤しそ】
			給食 すまし汁 バナナ	鶏肉		大根 えのきたけ しいたけ バナナ
			おやつ キャロットケーキ	大豆粉 豆乳	米粉	人参 マーマレード
			ハイハイ		ハイハイ	
3	金		朝 アンパンマンベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食 きびご飯 赤魚の西京焼き 人参しりしり みそ汁	赤魚 みそ ツナ 卵 油揚げ みそ	米 もちきび	人参 なら 玉ねぎ 山東菜 玉ねぎ
			おやつ パンキンロール		パンキンロール	
			ハイハイ		ハイハイ	
4	土		統一弁当会			
			おやつ 野菜ジュース ちんすこう【1歳児】ハイハイ		野菜ジュース ちんすこう【1歳児】ハイハイ	
			給食 アンパンマンベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食 きびご飯 夏野菜カレー パパイヤサラダ チンゲン菜スープ	鶏肉 ツナ 鶏肉	米 もちきび アレルゲンフリーカレー 米粉 ケチャップ 卵なしマヨネーズ	玉ねぎ なす かぼちゃ トマト 人参 青ピーマン にんにく パパイヤ 人参 きゅうり コーン チンゲンサイ しいたけ 長ねぎ
5	日		おやつ 煮し大学芋		さつまいも 黒ごま	
			朝 バナナ			バナナ
			給食 ちらし寿司 星のコロッケ オクラのゴマ和え そうめん汁 グレープフルーツ	ちらしずし【鶏肉】 卵 星のコロッケ【鶏肉・豚肉】	米 星のコロッケ【じゃがいも・パン粉・小麦粉】 白ごま そうめん	ちらしずし【人参・たけのこ・れんこん・かんぴょう・しいたけ】 いんげん 海苔 星のコロッケ【玉ねぎ】 オクラ 人参 キャベツ 青ねぎ 人参 グレープフルーツ
			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	月		朝 オレンジ			オレンジ
			給食 きびご飯 タコライス ベイクドポテト コンスープ	豚肉 チーズ 鶏肉	米 もちきび ケチャップ 片栗粉 じゃがいも 片栗粉	玉ねぎ 人参 トマト にんにく キャベツ にんにく コーン 玉ねぎ 長ねぎ
			おやつ わかめおにぎり		米	わかめ
			朝 バナナ			バナナ
7	火		給食 ちらし寿司 星のコロッケ オクラのゴマ和え そうめん汁 グレープフルーツ	ちらしずし【鶏肉】 卵 星のコロッケ【鶏肉・豚肉】	米 星のコロッケ【じゃがいも・パン粉・小麦粉】 白ごま そうめん	ちらしずし【人参・たけのこ・れんこん・かんぴょう・しいたけ】 いんげん 海苔 星のコロッケ【玉ねぎ】 オクラ 人参 キャベツ 青ねぎ 人参 グレープフルーツ
			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 オレンジ			オレンジ
			給食 きびご飯 タコライス ベイクドポテト コンスープ	豚肉 チーズ 鶏肉	米 もちきび ケチャップ 片栗粉 じゃがいも 片栗粉	玉ねぎ 人参 トマト にんにく キャベツ にんにく コーン 玉ねぎ 長ねぎ
8	水		おやつ わかめおにぎり		米	わかめ
			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 バイン【1歳児】オレンジ	まぐろ 豚肉 油揚げ みそ	米 もちきび 片栗粉	ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく 冬瓜 小松菜 バイン【1歳児】オレンジ
			おやつ 手作りさつまいも蒸しパン	豆乳	小麦粉 さつまいも	
9	木		朝 アンパンマンベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食 赤飯・納豆みそ 鶏肉のさっぱり煮 クワイリチャー シカムドゥチ ミニロールケーキ【1歳児】バナナ	納豆 糸削り みそ 鶏肉 豚肉 豚肉 卵なし白かまぼこ	米 黒米 ミニロールケーキ	しょうが にんにく 昆布 人参 切干大根 こんにゃく 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
			給食 きびご飯 デンジャオロース風 具だくさん汁 オレンジ	豚肉 みそ 鶏肉 みそ	米 もちきび さつまいも	赤ピーマン 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく キャベツ 玉ねぎ 青ねぎ オレンジ
10	金		おやつ サクラか		サクラか	
			朝 アンパンマンベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食 きびご飯 もずく丼 モウイ和え みそ汁	豚肉 ツナ 厚揚げ みそ	米 もちきび 片栗粉 じゃがいも	もずく しょうが 赤ピーマン 青ピーマン コーン モウイ きゅうり 小松菜
			おやつ 手作り米粉のバナナパン	豆乳	米粉	バナナ レモン
11	土		朝 バナナ			バナナ
			給食 きびご飯 かぼちゃのひき肉炒め ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え ゆし豆腐 オレンジ	豚肉 ツナ ゆし豆腐	米 もちきび 片栗粉 ごま油 卵なしマヨネーズ	かぼちゃ しょうが 玉ねぎ ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ
			おやつ 焼きポテスティック		じゃがいも	
			朝 オレンジ			オレンジ
12	日		給食 冷やし中華 ポークシューマイ トマトと青菜のスープ	鶏肉 ポークシューマイ【豚肉】 鶏肉 豆腐	中華種 ポークシューマイ【小麦粉】 片栗粉	もやし きゅうり 人参 ポークシューマイ【しょうが・玉ねぎ】 小松菜 玉ねぎ トマト
			おやつ しらすおかかチーズおにぎり	チーズ しらす 糸削り	米 白ごま	
			朝 ハイハイ		ハイハイ	
			給食 きびご飯 へちまのみそ煮 キャベツのさっぱり和え	豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 梅ごはんの素【かつお節】	米 もちきび	へちま 人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり 梅ごはんの素【梅・赤しそ】
13	月		給食 すまし汁 バナナ	鶏肉		大根 えのきたけ しいたけ バナナ
			おやつ キャロットケーキ	大豆粉 豆乳	米粉	人参 マーマレード
			朝 きびご飯 かぼちゃのひき肉炒め ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え ゆし豆腐 オレンジ	豚肉 ツナ ゆし豆腐	米 もちきび 片栗粉 ごま油 卵なしマヨネーズ	かぼちゃ しょうが 玉ねぎ ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ
			おやつ 焼きポテスティック		じゃがいも	
14	火		朝 オレンジ			オレンジ
			給食 冷やし中華 ポークシューマイ トマトと青菜のスープ	鶏肉 ポークシューマイ【豚肉】 鶏肉 豆腐	中華種 ポークシューマイ【小麦粉】 片栗粉	もやし きゅうり 人参 ポークシューマイ【しょうが・玉ねぎ】 小松菜 玉ねぎ トマト
			おやつ しらすおかかチーズおにぎり	チーズ しらす 糸削り	米 白ごま	
			朝 ハイハイ		ハイハイ	
15	水		給食 きびご飯 へちまのみそ煮 キャベツのさっぱり和え	豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 梅ごはんの素【かつお節】	米 もちきび	へちま 人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり 梅ごはんの素【梅・赤しそ】
			給食 すまし汁 バナナ	鶏肉		大根 えのきたけ しいたけ バナナ
			おやつ キャロットケーキ	大豆粉 豆乳	米粉	人参 マーマレード
			朝 きびご飯 かぼちゃのひき肉炒め ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え ゆし豆腐 オレンジ	豚肉 ツナ ゆし豆腐	米 もちきび 片栗粉 ごま油 卵なしマヨネーズ	かぼちゃ しょうが 玉ねぎ ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ
16	木		おやつ 焼きポテスティック		じゃがいも	
			朝 オレンジ			オレンジ
			給食 冷やし中華 ポークシューマイ トマトと青菜のスープ	鶏肉 ポークシューマイ【豚肉】 鶏肉 豆腐	中華種 ポークシューマイ【小麦粉】 片栗粉	もやし きゅうり 人参 ポークシューマイ【しょうが・玉ねぎ】 小松菜 玉ねぎ トマト
			おやつ しらすおかかチーズおにぎり	チーズ しらす 糸削り	米 白ごま	
17	金		朝 ハイハイ		ハイハイ	
			給食 きびご飯 へちまのみそ煮 キャベツのさっぱり和え	豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 梅ごはんの素【かつお節】	米 もちきび	へちま 人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり 梅ごはんの素【梅・赤しそ】
			給食 すまし汁 バナナ	鶏肉		大根 えのきたけ しいたけ バナナ
			おやつ キャロットケーキ	大豆粉 豆乳	米粉	人参 マーマレード

令和8年度



7 月 給 食 献 立 表



那覇市こども教育課
みらいこども園

日	曜日	提供	献立名	あかのしょくひん からだをつくるもと	きいろのしょくひん エネルギーやちからのもと	みどりのしょくひん からだやおなかのちょうしをととのえるもと
17	金		朝 アンパンマンベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食 きびご飯 白身魚の南蛮漬け 人参しりしり みそ汁	ホキ ツナ 卵 油揚げ みそ	米 もちきび 片栗粉	玉ねぎ きゅうり トマト 人参 にら 玉ねぎ 山東菜 長ねぎ
			おやつ パンブキンロール		パンブキンロール	
18	土		給食 きびご飯 肉じゃが みそ汁 バナナ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび じゃがいも	玉ねぎ 人参 こんにゃく えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ バナナ
			おやつ 米粉のメープルマフィン		米粉のメープルマフィン	
20	月		海の日			
21	火		朝 バナナ			バナナ
			給食 きびご飯 夏野菜カレー パパイアサラダ チンゲン菜スープ	鶏肉 ツナ 鶏肉	米 もちきび アレルゲンフリーカレールー 米粉 ケチャップ 卵なしマヨネーズ	玉ねぎ なす かぼちゃ トマト 人参 青ピーマン にんにく パパイア 人参 きゅうり コーン チンゲンサイ しいたけ 長ねぎ
			おやつ 蒸し大学芋		さつまいも 黒ごま	
22	水		朝 オレンジ			オレンジ
			給食 ホットパン ポークビーンズ あっさりピクルス コンソメスープ	大豆 豚肉 鶏肉	ホットパン じゃがいも ケチャップ 米粉	玉ねぎ 人参 トマト にんにく キャベツ きゅうり 人参 レモン 白菜 玉ねぎ
			おやつ わかめおにぎり		米	わかめ
23	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 パイナップル【1歳児】オレンジ	まぐろ 豚肉 油揚げ みそ	米 もちきび 片栗粉	ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく 冬瓜 小松菜 パイナップル【1歳児】オレンジ
			おやつ 手作りさつまいも蒸しパン	豆乳	小麦粉 さつまいも	
24	金		朝 アンパンマンベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食 きびご飯 里芋と厚揚げのうま煮 鶏香和え みそ汁 バナナ	厚揚げ 鶏肉 みそ しらす 豚肉 みそ	米 もちきび さといも	人参 キャベツ 人参 小松菜 海苔 大根 えのきたけ 青ねぎ バナナ
			おやつ ポテト海苔塩揚げ		じゃがいも	青のり
25	土		給食 きびご飯 チンジャオロース風 具だくさん汁 オレンジ	豚肉 みそ 鶏肉 みそ	米 もちきび さつまいも	赤ピーマン 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく キャベツ 玉ねぎ 青ねぎ オレンジ
			おやつ サクラか		サクラか	
27	月		朝 アンパンマンベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食 きびご飯 もずく丼 モウイ和え みそ汁	豚肉 ツナ 厚揚げ みそ	米 もちきび 片栗粉 じゃがいも	もずく しょうが 赤ピーマン 青ピーマン コーン モーウイ きゅうり 小松菜
			おやつ 手作り米粉のバナナパン	豆乳	米粉	バナナ レモン
28	火		朝 バナナ			バナナ
			給食 きびご飯 かぼちゃのひき肉炒め ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え ゆし豆腐 オレンジ	豚肉 ツナ ゆし豆腐	米 もちきび 片栗粉 ごま油 卵なしマヨネーズ	かぼちゃ しょうが 玉ねぎ ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ
			おやつ 焼きポテトスティック		じゃがいも	
29	水		朝 オレンジ			オレンジ
			給食 野菜そば さつまいも天ぷら しらす和え	豚肉 しらす	沖縄そば さつまいも天ぷら【さつまいも・小麦粉】	青ねぎ キャベツ もやし にら 白菜 きゅうり 人参
			おやつ 塩昆布・ツナおにぎり	ツナ	米	塩昆布
30	木		朝 ハイハイ		ハイハイ	
			給食 きびご飯 すきやき 和風ポテトサラダ みそ汁 グレープフルーツ	牛肉 豆腐 糸削り 鶏肉 みそ	米 もちきび じゃがいも 卵なしマヨネーズ	白菜 小松菜 人参 長ねぎ こんにゃく 玉ねぎ 人参 えのきたけ しめじ キャベツ 青ねぎ グレープフルーツ
			おやつ 手作りココア蒸しパン	豆乳	小麦粉	
31	金		朝 アンパンマンベビーせんべい		アンパンマンベビーせんべい	
			給食 きびご飯 タマナーチャンプルー ゴマ和え すまし汁 バナナ	豚肉 厚揚げ ツナ 鶏肉	米 もちきび 白ごま	キャベツ 人参 バクチョイ いんげん 人参 白菜 大根 ごぼう 長ねぎ バナナ
			おやつ ミニたいやき		ミニたいやき	

※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に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。