



8 月 給 食 献 立 表



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	さいろのしょくひん 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
1	土		給食 きびご飯 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 じゃがいも	大根 人参 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ グレープフルーツ
			おやつ 蒸し芋		さつまいも	
3	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 キーマカレー コールスローサラダ コンソメスープ	豚肉 大豆 ツナ 無塩せきベーコン	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 卵なしマヨネーズ	なす 人参 玉ねぎ 青ピーマン にんにく トマト キャベツ 人参 きゅうり 白菜 玉ねぎ チンゲンサイ
			おやつ フルーツミックス			黄桃 パイン みかん
			朝 バナナ			バナナ
4	火		給食 きびご飯 肉豆腐 ゆかり和え みそ汁 オレンジ	豚肉 豆腐 みそ	米 もちきび	白菜 もやし 長ねぎ 人参 えのきたけ こんにゃく 大根 キャベツ きゅうり ゆかり【しそ】 へちま しいたけ えのきたけ 青ねぎ オレンジ
			おやつ 手作り黒糖蒸しパン	豆乳	小麦粉 黒糖	
			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 小松菜のスープ	ハンバーグ【鶏肉・豚肉・大豆】	胚芽パン 卵なしマヨネーズ	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 赤ピーマン 小松菜 人参 長ねぎ
5	水		おやつ 菜めしおにぎり		米	菜めし【広島菜・京菜・大根菜】
			朝 ハイハイ		ハイハイ	
6	木		給食 きびご飯 豚肉と昆布の炒め煮 磯香和え みそ汁	豚肉 しらす 油あげ みそ	米 もちきび 片栗粉 ごま油 じゃがいも	しょうが 人参 青ピーマン 昆布 キャベツ 人参 小松菜 海苔 わかめ
			おやつ きなこみつ芋	きなこ	さつまいも	
			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 白身魚のゴマみそ焼き じゃがいもきんぴら かきたま汁 すいか	ホキ みそ 豚肉 豆腐 卵	米 もちきび 白ごま じゃがいも 片栗粉	ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく 玉ねぎ 青ねぎ すいか
7	金		おやつ かぼちゃあずきケーキ	豆乳 あずき	米粉	かぼちゃ
			朝 ハイハイ		ハイハイ	
8	土		給食 きびご飯 なすと豚肉のしょうが焼き 具だくさん汁 バナナ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび さつまいも	なす 玉ねぎ 人参 しょうが 山東菜 玉ねぎ 青ねぎ バナナ
			おやつ やわらかおかき		やわらかおかき	
			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 鶏そぼろ丼 ひじきサラダ すまし汁	鶏肉 ツナ 油あげ	米 もちきび	しょうが 人参 いんげん ひじき キャベツ 人参 きゅうり 枝豆 冬瓜 小松菜
10	月		おやつ 手作り玉ねぎコーンパン	豆乳	小麦粉	玉ねぎ コーン
			朝 ハイハイ		ハイハイ	
11	火					





8 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 からだをつくるもと	さいろのしょくひん 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
12	水	麦茶	朝 オレンジ			オレンジ
			給食 みそラーメン 国産豚肉餃子 青菜のチーズ和え バナナ	豚肉 みそ 国産豚肉餃子【豚肉】 卵なしちくわ チーズ	中華めん ごま油 国産豚肉餃子【小麦粉】 卵なしマヨネーズ	人参 白菜 長ねぎ もやし コーン にんにく 国産豚肉餃子【キャベツ・玉ねぎ・にら・しょうが】 小松菜 キャベツ 赤ピーマン バナナ
			おやつ ゆかりおにぎり		米	ゆかり【しそ】
			朝 ハイハイ		ハイハイ	
13	木	牛乳	給食 きびご飯 さばの塩焼き ゴーヤーチャンプルー みそ汁	さば 豚肉 豆腐 鶏肉 油あげ みそ	米 もちきび	ゴーヤー 人参 玉ねぎ 小松菜 青ねぎ
			おやつ バイクドポテト		じゃがいも	にんにく
			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 ほうれん草オムレツ 鶏とポテトのトマト煮 野菜スープ	ほうれん草オムレツ【卵】 鶏肉 鶏肉	米 もちきび 片栗粉 ケチャップ じゃがいも	ほうれん草オムレツ【ほうれん草】 玉ねぎ 人参 黄ピーマン にんにく トマト キャベツ 人参 玉ねぎ
14	金	牛乳	おやつ 手作りチーズ蒸しパン	チーズ 豆乳	小麦粉	
			給食 きびご飯 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 じゃがいも	大根 人参 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ グレープフルーツ
			おやつ 蒸し芋		さつまいも	
			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	
15	土	牛乳	給食 きびご飯 キーマカレー コールスローサラダ コンソメスープ	豚肉 大豆 ツナ 無塩せきベーコン	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 卵なしマヨネーズ	なす 人参 玉ねぎ 青ピーマン にんにく トマト キャベツ 人参 きゅうり 白菜 玉ねぎ チンゲンサイ
			おやつ フルーツミックス			黄桃 バイン みかん
			朝 バナナ			バナナ
			給食 きびご飯 肉豆腐 ゆかり和え みそ汁 オレンジ	豚肉 豆腐 みそ	米 もちきび	白菜 もやし 長ねぎ 人参 えのきたけ こんにゃく 大根 キャベツ きゅうり ゆかり【しそ】 へちま しいたけ えのきたけ 青ねぎ オレンジ
16	日	牛乳	おやつ 手作り黒糖蒸しパン	豆乳	小麦粉 黒糖	
			朝 オレンジ			オレンジ
			給食 きびご飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ バナナ	豆腐 豚肉 みそ ツナ 鶏肉	米 もちきび 片栗粉 春雨 ごま油 ごま油	玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーンピース しょうが にんにく キャベツ チンゲンサイ 玉ねぎ しいたけ 白菜 バナナ
			おやつ 菜めしおにぎり		米	菜めし【広島菜・京菜・大根菜】
17	月	牛乳	朝 ハイハイ		ハイハイ	
			給食 きびご飯 豚肉と昆布の炒め煮 磯香和え みそ汁	豚肉 しらす 油あげ みそ	米 もちきび 片栗粉 ごま油 じゃがいも	しょうが 人参 青ピーマン 昆布 キャベツ 人参 小松菜 海苔 わかめ
			おやつ きなこみつ芋	きなこ	さつまいも	
			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	
18	火	牛乳	給食 きびご飯 白身魚のゴマみそ焼き じゃがいもきんぴら かきたま汁 すいか	ホキ みそ 豚肉 豆腐 卵	米 もちきび 白ごま じゃがいも 片栗粉	ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく 玉ねぎ 青ねぎ すいか
			おやつ かぼちゃあずきケーキ	豆乳 あずき	米粉	かぼちゃ
			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 きびご飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ バナナ	豆腐 豚肉 みそ ツナ 鶏肉	米 もちきび 片栗粉 春雨 ごま油 ごま油	玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーンピース しょうが にんにく キャベツ チンゲンサイ 玉ねぎ しいたけ 白菜 バナナ
19	水	麦茶	おやつ 菜めしおにぎり		米	菜めし【広島菜・京菜・大根菜】
			朝 ハイハイ		ハイハイ	
			給食 きびご飯 豚肉と昆布の炒め煮 磯香和え みそ汁	豚肉 しらす 油あげ みそ	米 もちきび 片栗粉 ごま油 じゃがいも	しょうが 人参 青ピーマン 昆布 キャベツ 人参 小松菜 海苔 わかめ
			おやつ きなこみつ芋	きなこ	さつまいも	
20	木	牛乳	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 白身魚のゴマみそ焼き じゃがいもきんぴら かきたま汁 すいか	ホキ みそ 豚肉 豆腐 卵	米 もちきび 白ごま じゃがいも 片栗粉	ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく 玉ねぎ 青ねぎ すいか
			おやつ かぼちゃあずきケーキ	豆乳 あずき	米粉	かぼちゃ
			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	
21	金	牛乳	給食 きびご飯 きびご飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ バナナ	豆腐 豚肉 みそ ツナ 鶏肉	米 もちきび 片栗粉 春雨 ごま油 ごま油	玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーンピース しょうが にんにく キャベツ チンゲンサイ 玉ねぎ しいたけ 白菜 バナナ
			おやつ 菜めしおにぎり		米	菜めし【広島菜・京菜・大根菜】
			朝 ハイハイ		ハイハイ	
			給食 きびご飯 豚肉と昆布の炒め煮 磯香和え みそ汁	豚肉 しらす 油あげ みそ	米 もちきび 片栗粉 ごま油 じゃがいも	しょうが 人参 青ピーマン 昆布 キャベツ 人参 小松菜 海苔 わかめ



8 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 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
22	土	牛乳	きびご飯 なすと豚肉のしょうが焼き 具だくさん汁 バナナ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび さつまいも	なす 玉ねぎ 人参 しょうが 山東菜 玉ねぎ 青ねぎ バナナ
		おやつ	やわらかおかき		やわらかおかき	
24	月	牛乳	朝 アンパンマンベビーせんべい きびご飯 鶏そぼろ丼 ひじきサラダ すまし汁	鶏肉 ツナ 油あげ	アンパンマンベビーせんべい 米 もちきび	しょうが 人参 いんげん ひじき キャベツ 人参 きゅうり 枝豆 冬瓜 小松菜
		おやつ	手作り玉ねぎコーンパン バナナ	豆乳	小麦粉	玉ねぎ コーン バナナ
25	火	牛乳	朝 ウンケージュシー 筑前煮 ゴマ和え くずし豆腐のスープ	じゅーしいの素【豚肉】 鶏肉 卵なしちくわ ツナ ゆし豆腐	米 さといも 白ごま 片栗粉	じゅーしいの素【人参・ごぼう・たけのこ・しいたけ・ひじき】 ごぼう 大根 こんにゃく しいたけ いんげん 人参 キャベツ 人参 白菜 しめじ しょうが 青ねぎ
		おやつ	ミニメロンパン		ミニメロンパン	
26	水	麦茶	朝 オレンジ 沖縄そば かぼちゃ天ぷら 豚しゃぶの酢みそかけ	豚肉 豚肉 みそ	沖縄そば かぼちゃ天ぷら【小麦粉】	オレンジ 青ねぎ かぼちゃ天ぷら【かぼちゃ】 しょうが キャベツ コーン わかめ きゅうり
		おやつ	ゆかりおにぎり		米	ゆかり【しそ】
27	木	牛乳	朝 ハイハイ きびご飯 いわしのみぞれ煮 ゴーヤーチャンプルー みそ汁	いわしのみぞれ煮【いわし】 豚肉 豆腐 鶏肉 油あげ みそ	ハイハイ 米 もちきび	旧盆(ウークイ) イワシのみぞれ煮【大根】 ゴーヤー 人参 玉ねぎ 小松菜 青ねぎ
		おやつ	バイクドポテト		じゃがいも	にんにく
28	金	牛乳	朝 アンパンマンベビーせんべい 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー イナムドゥチ ミニロールケーキ【1歳児】バナナ	みそ ツナ 糸削り ささみカツ【鶏肉・大豆粉】 豚肉 卵なしちくわ 油あげ 豚肉 卵なし白かまぼこ みそ	アンパンマンベビーせんべい 米 黒米 ささみカツ【パン粉・小麦粉・片栗粉】 カットロールケーキ	切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく しいたけ 【1歳児】バナナ
		おやつ	バナナ【1歳児】米粉のカップケーキ		【1歳児】米粉のカップケーキ	バナナ
29	土	牛乳	きびご飯 ハヤシライス えのきと青菜のスープ オレンジ	牛肉 無塩せきベーコン	米 もちきび ケチャップ アレルゲンフリーハヤシルー 米粉	にんにく 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース トマト えのきたけ 小松菜 玉ねぎ オレンジ
		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	
31	月	牛乳	朝 アンパンマンベビーせんべい きびご飯 ブルコギ丼 青菜ともやしのナムル もずくスープ	豚肉 みそ	アンパンマンベビーせんべい 米 もちきび ごま油 片栗粉 白ごま 白ごま ごま油	にんにく 玉ねぎ 人参 いら 小松菜 もやし 人参 もずく 玉ねぎ えのきたけ 青ねぎ しょうが
		おやつ	手作りウインナー蒸しパン	無塩せきウインナー 豆乳	小麦粉	

※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をお願いします。

※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。