

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<br>からだをつくるもと                | さいろのしょくひん<br>エネルギーやちからのもと                  | みどりのしょくひん<br>からだやおなかのちょうしをととのえるもと                                                        |
|----|----|----|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 水  |    | 朝 オレンジ                                                           |                                      |                                            | オレンジ                                                                                     |
|    |    |    | 給食 きびご飯<br>手作りのり佃煮<br>アーサ入り厚焼きたまご<br>ウンチエー炒め<br>豚汁               | アーサ入り厚焼きたまご【卵】<br>豚肉 厚揚げ<br>豚肉 みそ    | 米 もちきび<br>さといも                             | 海苔<br>アーサ入り厚焼きたまご【アーサ】<br>エンサイ チンゲンサイ 人参 にんにく<br>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                                      |                                                                                          |
|    |    |    | 朝 ハイハイ                                                           |                                      | ハイハイ                                       |                                                                                          |
| 2  | 木  |    | 給食 きびご飯<br>へちまのみそ煮<br>キャベツのさっぱり和え                                | 豚肉 豆腐 みそ<br>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<br>キャベツ きゅうり 梅ごはんの素【梅・赤じそ】                                                    |
|    |    |    | すまし汁<br>バナナ                                                      | 鶏肉                                   |                                            | 大根 えのきたけ しいたけ<br>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 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                              |                                                                                          |
| 3  | 金  |    | 給食 きびご飯<br>赤魚の西京焼き<br>人参しりしり<br>みそ汁                              | 赤魚 みそ<br>ツナ 卵<br>油揚げ みそ              | 米 もちきび                                     | 人参 なら 玉ねぎ<br>山東菜 玉ねぎ                                                                     |
|    |    |    | おやつ パンプキンロール                                                     |                                      | パンプキンロール                                   |                                                                                          |
|    |    |    | 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<br>赤魚の西京焼き<br>人参しりしり<br>みそ汁                              | 赤魚 みそ<br>ツナ 卵<br>油揚げ みそ              | 米 もちきび                                     | 人参 なら 玉ねぎ<br>山東菜 玉ねぎ                                                                     |
| 4  | 土  |    | 統一弁当会                                                            |                                      |                                            |                                                                                          |
|    |    |    | おやつ 野菜ジュース<br>ちんすこう【1歳児】ハイハイ                                     |                                      | 野菜ジュース<br>ちんすこう【1歳児】ハイハイ                   |                                                                                          |
|    |    |    | 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<br>夏野菜カレー<br>パパイヤサラダ<br>チンゲン菜スープ                         | 鶏肉<br>ツナ<br>鶏肉                       | 米 もちきび<br>アレルゲンフリーカレー 米粉 ケチャップ<br>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<br>にんにく<br>パパイヤ 人参 きゅうり コーン<br>チンゲンサイ しいたけ 長ねぎ                  |
| 6  | 月  |    | おやつ 蒸し大学芋                                                        |                                      | さつまいも 黒ごま                                  |                                                                                          |
|    |    |    | 朝 バナナ                                                            |                                      |                                            | バナナ                                                                                      |
|    |    |    | 給食 ちらし寿司<br>星のコロッケ<br>オクラのゴマ和え<br>そうめん汁<br>グレープフルーツ              | ちらし【鶏肉】 卵<br>星のコロッケ【鶏肉・豚肉】           | 米<br>星のコロッケ【じゃがいも・パン粉・小麦粉】<br>白ごま<br>そうめん  | ちらし【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<br>星のコロッケ【玉ねぎ】<br>オクラ 人参 キャベツ<br>青ねぎ 人参<br>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                                                                                   |
| 7  | 火  |    | 給食 星のコロッケ<br>オクラのゴマ和え<br>そうめん汁<br>グレープフルーツ                       | ★七夕献立★<br>星のコロッケ【鶏肉・豚肉】              | 米<br>星のコロッケ【じゃがいも・パン粉・小麦粉】<br>白ごま<br>そうめん  | ちらし【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<br>星のコロッケ【玉ねぎ】<br>オクラ 人参 キャベツ<br>青ねぎ 人参<br>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<br>タコライス<br>ベイクドポテト<br>コンスープ                             | 豚肉 チーズ<br>鶏肉                         | 米 もちきび<br>ケチャップ 片栗粉<br>じゃがいも<br>片栗粉        | 玉ねぎ 人参 トマト にんにく キャベツ<br>にんにく<br>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<br>マグロの照り焼き<br>栄養きんぴら<br>みそ汁<br>パイフ【1歳児】オレンジ             | まぐろ<br>豚肉<br>油揚げ みそ                  | 米 もちきび<br>片栗粉<br>片栗粉                       | 玉ねぎ 人参 トマト にんにく キャベツ<br>にんにく<br>コーン 玉ねぎ 長ねぎ                                              |
|    |    |    | 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<br>鶏肉のさっぱり煮<br>クーブイリチー<br>シカムドゥッチ<br>ミニロールケーキ【1歳児】バナナ | 納豆 糸削り みそ<br>鶏肉<br>豚肉<br>豚肉 卵なし白かまぼこ | 米 黒米<br>ミニロールケーキ                           | しょうが にんにく<br>昆布 人参 切干大根 こんにゃく<br>こんにゃく 冬瓜 しいたけ<br>【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<br>チンジャオロース風<br>貝だくさん汁<br>オレンジ                           | 豚肉 みそ<br>鶏肉 みそ                       | 米 もちきび<br>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<br>キャベツ 玉ねぎ 青ねぎ<br>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<br>もずく丼<br>モウイ和え<br>みそ汁                                  | 豚肉<br>ツナ<br>厚揚げ みそ                   | 米 もちきび<br>片栗粉<br>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<br>モーウイ きゅうり<br>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<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え<br>ゆし豆腐<br>オレンジ       | 豚肉<br>ツナ<br>ゆし豆腐                     | 米 もちきび<br>片栗粉 ごま油<br>卵なしマヨネーズ              | かぼちゃ しょうが 玉ねぎ<br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参<br>青ねぎ<br>オレンジ                                         |
|    |    |    | おやつ 焼きポテトスティック                                                   |                                      | じゃがいも                                      |                                                                                          |
|    |    |    | 朝 オレンジ                                                           |                                      |                                            | オレンジ                                                                                     |
| 12 | 日  |    | 給食 冷やし中華<br>ポークシューマイ<br>トマトと青菜のスープ                               | 鶏肉<br>ポークシューマイ【豚肉】<br>鶏肉 豆腐          | 中華麺<br>ポークシューマイ【小麦粉】<br>片栗粉                | もやし きゅうり 人参<br>ポークシューマイ【しょうが・玉ねぎ】<br>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<br>へちまのみそ煮<br>キャベツのさっぱり和え                                | 豚肉 豆腐 みそ<br>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<br>キャベツ きゅうり 梅ごはんの素【梅・赤じそ】                                                    |
| 13 | 月  |    | すまし汁<br>バナナ                                                      | 鶏肉                                   |                                            | 大根 えのきたけ しいたけ<br>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 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<br>赤魚の西京焼き<br>人参しりしり<br>みそ汁                              | 赤魚 みそ<br>ツナ 卵<br>油揚げ みそ              | 米 もちきび                                     | 人参 なら 玉ねぎ<br>山東菜 玉ねぎ                                                                     |
| 14 | 火  |    | 給食 きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え<br>ゆし豆腐<br>オレンジ       | 豚肉<br>ツナ<br>ゆし豆腐                     | 米 もちきび<br>片栗粉 ごま油<br>卵なしマヨネーズ              | かぼちゃ しょうが 玉ねぎ<br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参<br>青ねぎ<br>オレンジ                                         |
|    |    |    | おやつ 焼きポテトスティック                                                   |                                      | じゃがいも                                      |                                                                                          |
|    |    |    | 朝 オレンジ                                                           |                                      |                                            | オレンジ                                                                                     |
|    |    |    | 給食 冷やし中華<br>ポークシューマイ<br>トマトと青菜のスープ                               | 鶏肉<br>ポークシューマイ【豚肉】<br>鶏肉 豆腐          | 中華麺<br>ポークシューマイ【小麦粉】<br>片栗粉                | もやし きゅうり 人参<br>ポークシューマイ【しょうが・玉ねぎ】<br>小松菜 玉ねぎ トマト                                         |
| 15 | 水  |    | 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<br>へちまのみそ煮<br>キャベツのさっぱり和え                                | 豚肉 豆腐 みそ<br>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<br>キャベツ きゅうり 梅ごはんの素【梅・赤じそ】                                                    |
|    |    |    | すまし汁<br>バナナ                                                      | 鶏肉                                   |                                            | 大根 えのきたけ しいたけ<br>バナナ                                                                     |
| 16 | 木  |    | 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<br>からだをつくるもと     | さいろのしょくひん<br>エネルギーやちからのもと                    | みどりのしょくひん<br>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<br>白身魚の南蛮漬け<br>人参しりしり<br>みそ汁                       | ホキ<br>ツナ 卵<br>油揚げ みそ      | 米 もちきび<br>片栗粉                                | 玉ねぎ きゅうり トマト<br>人参 にら 玉ねぎ<br>山東菜 長ねぎ                                    |
|    |    |    | おやつ パンプキンロール                                               |                           | パンプキンロール                                     |                                                                         |
| 18 | 土  |    | 給食 きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ                              | 豚肉<br>鶏肉 みそ               | 米 もちきび<br>じゃがいも                              | 玉ねぎ 人参 こんにゃく<br>えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ<br>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<br>夏野菜カレー<br>パパイアサラダ<br>チンゲン菜スープ                   | 鶏肉<br>ツナ<br>鶏肉            | 米 もちきび<br>アレルゲンフリーカレールー 米粉 ケチャップ<br>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<br>にんにく<br>パパイア 人参 きゅうり コーン<br>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<br>ポークビーンズ<br>あっさりピクルス<br>コンソメスープ                 | 大豆 豚肉<br>鶏肉               | ホットパン<br>じゃがいも ケチャップ 米粉                      | 玉ねぎ 人参 トマト にんにく<br>キャベツ きゅうり 人参 レモン<br>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<br>マグロの照り焼き<br>栄養きんぴら<br>みそ汁<br>パイン【1歳児】オレンジ       | まぐろ<br>豚肉<br>油揚げ みそ       | 米 もちきび<br>片栗粉                                | ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく<br>冬瓜 小松菜<br>パイン【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                                    |                                                                         |
| 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<br>里芋と厚揚げのうま煮<br>磯香和え<br>みそ汁<br>バナナ                | 厚揚げ 鶏肉 みそ<br>しらす<br>豚肉 みそ | 米 もちきび<br>さといも                               | 人参<br>キャベツ 人参 小松菜 海苔<br>大根 えのきたけ 青ねぎ<br>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<br>チンジャオロース風<br>具だくさん汁<br>オレンジ                     | 豚肉 みそ<br>鶏肉 みそ            | 米 もちきび<br>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<br>キャベツ 玉ねぎ 青ねぎ<br>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<br>もずく丼<br>モウイ和え<br>みそ汁                            | 豚肉<br>ツナ<br>厚揚げ みそ        | 米 もちきび<br>片栗粉<br>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<br>モーウイ きゅうり<br>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<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え<br>ゆし豆腐<br>オレンジ | 豚肉<br>ツナ<br>ゆし豆腐          | 米 もちきび<br>片栗粉 ごま油<br>卵なしマヨネーズ                | かぼちゃ しょうが 玉ねぎ<br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参<br>青ねぎ<br>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<br>さつまいも天ぷら<br>しらす和え                               | 豚肉<br>しらす                 | 沖縄そば<br>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<br>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<br>ずきやき<br>和風ポテトサラダ<br>みそ汁<br>グレープフルーツ             | 牛肉 豆腐<br>糸削り<br>鶏肉 みそ     | 米 もちきび<br>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<br>玉ねぎ 人参<br>えのきたけ しめじ キャベツ 青ねぎ<br>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<br>タマナーチャンブルー<br>ゴマ和え<br>すまし汁<br>バナナ               | 豚肉 厚揚げ<br>ツナ<br>鶏肉        | 米 もちきび<br>白ごま                                | キャベツ 人参 バクチョイ<br>いんげん 人参 白菜<br>大根 ごぼう 長ねぎ<br>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。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8年度

7月アレルギー食 予定献立表



都府市こども教育保健課  
みらいにこども園

※天候やその他の都合により、献立及び食材を変更する場合があります。  
※使用する食材とアレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。

| 表示義務（特定原材料）9品目                         |                                         |                                                                                                                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     | その他    |  |
|----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|--------------------|------------------|-----|--------|--|
| 卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生（ピーナッツ）・くるみ・カシューナッツ |                                         |                                                                                                                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     | ホキ・キング |  |
| 日                                      | 曜日                                      | 提供                                                                                                                                                              | 基本献立                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | アレルギー食 献立名 |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         |                                                                                                                                                                 | 献立名                                                          | 材料名                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 卵          | 牛乳        | 小麦                 | ホキ               | キング |        |  |
| 1                                      | 水                                       | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>手作りのり佃煮<br>アーサー入り厚焼きたまご<br>ウンチーヌ炒め<br>豚汁             | 米 もちきび<br>海苔<br><u>アーサー入り厚焼きたまご</u> 【 <u>卵</u> ・ <u>アーサー</u> 】 <u>（大豆）</u><br>エンサイ チンゲンサイ 豚肉 人参 <u>厚揚げ</u> （ <u>大豆</u> ） にんにく<br>大根 人参 さといも 豚肉 こんにゃく 長ねぎ <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）                                                                                                                                 | 手作りハンバーグ   |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | しらすおかかチーズおにぎり                                                | 米 <u>チーズ</u> （ <u>乳</u> ） <u>しらす</u> （ <u>魚</u> ） <u>糸削り</u> （ <u>魚</u> ） <u>白ごま</u>                                                                                                                                                                                                                             |            | チーズ除去     |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | ハイハイ                                                         | ハイハイ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 2                                      | 木                                       | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>へちまのみそ煮<br>キャベツのさっぱり和え                               | 米 もちきび<br>へちま 人参 玉ねぎ 豚肉 <u>豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）<br>キャベツ きゅうり 鶏肉 <u>梅ごはんの煮</u> 【 <u>梅</u> ・ <u>赤じそ</u> ・ <u>かつお節</u> （ <u>魚</u> ）】                                                                                                                                                        |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | すまし汁<br>バナナ                                                  | 大根 鶏肉 えのきたけ ししいたけ<br><u>バナナ</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | キャロットケーキ                                                     | <u>大豆粉</u> <u>豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 米粉 人参 マーメイド                                                                                                                                                                                                                                                                   |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 3                                      | 金                                       | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>赤魚の西京焼き<br>人参しりしり<br>みそ汁                             | 米 もちきび<br><u>赤魚</u> （ <u>魚</u> ） <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）<br>人参 にら 玉ねぎ <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>卵</u><br>山東菜 玉ねぎ <u>油あげ</u> （ <u>大豆</u> ） <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）                                                                                                                                    | 卵除去        |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | パンブキンロール                                                     | <u>パンブキンロール</u> （ <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> ）                                                                                                                                                                                                                                                  | 手作り人参蒸しパン  | 手作り人参蒸しパン | 手作り米粉人参蒸しパン        |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | 統一弁当会                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 野菜ジュース<br>ちんすこう【1歳児】ハイハイ                                     | 野菜ジュース<br><u>ちんすこう</u> （ <u>小麦</u> ）【1歳児】ハイハイ                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |           |                    | やわらかおかき          |     |        |  |
| 6                                      | 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<br>夏野菜カレー<br>ハワイヤサラダ<br>チンゲン菜スープ                        | 米 もちきび<br>鶏肉 玉ねぎ なす かぼちゃ トマト 人参 青ピーマン にんにく<br>アレルギーフリーカレールー 米粉 ケチャップ<br>ハワイヤ 人参 きゅうり コーン <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ） <u>ツナ</u><br>（ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ）<br>鶏肉 チンゲンサイ ししいたけ 長ねぎ                                                                                                                              |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 蒸し大学芋                                                        | さつまいも <u>黒ごま</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | バナナ                                                          | <u>バナナ</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 7                                      | 火                                       | 給食                                                                                                                                                              | ちらし寿司<br>星のコロッケ<br>オクラのゴマ和え<br>そうめん汁<br>グレープフルーツ             | 米 <u>ちらし寿司</u> 【 <u>鶏肉</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>たけのこ</u> ・ <u>れんこん</u> ・ <u>かんぴょう</u> ・ <u>しいたけ</u> 】 <u>（大豆）</u> <u>いんげん</u> <u>卵</u> 海苔<br><u>星のコロッケ</u> 【 <u>じゃがいも</u> ・ <u>玉ねぎ</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>豚肉</u> ・ <u>パン粉</u> ・ <u>小麦粉</u> 】<br>オクラ 人参 キャベツ <u>白ごま</u><br><u>そうめん</u> （ <u>小麦</u> ） 青ねぎ 人参<br>グレープフルーツ | 鶏系卵除去      |           |                    | ポテトお焼き<br><br>春雨 |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 手作りぶどうゼリー                                                    | ぶどうジュース 寒天 <u>バイン</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>タコライス<br>バイクドポテト<br>コーンスープ                           | 米 もちきび<br>豚肉 玉ねぎ 人参 トマト にんにく ケチャップ 片栗粉 キャベツ<br><u>チーズ</u> （ <u>乳</u> ）<br>じゃがいも にんにく<br>鶏肉 コーン 玉ねぎ 長ねぎ 片栗粉                                                                                                                                                                                                       |            | チーズ除去     |                    |                  |     |        |  |
| 9                                      | 木                                       | 朝                                                                                                                                                               | ハイハイ                                                         | ハイハイ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>マグロの照り焼き<br>朱鷺きんぴら<br>みそ汁<br>バイン【1歳児】オレンジ            | 米 もちきび<br><u>まぐろ</u> （ <u>魚</u> ） 片栗粉<br>豚肉 ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく<br>冬瓜 <u>油あげ</u> （ <u>大豆</u> ） 小松菜 <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>バイン</u> 【1歳児】オレンジ                                                                                                                                                                |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 手作りさつまいも蒸しパン                                                 | <u>豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） <u>小麦粉</u> さつまいも                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |           |                    | 手作り米粉さつまいも蒸しパン   |     |        |  |
|                                        |                                         | 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 10                                     | 金                                       | 給食                                                                                                                                                              | 赤飯・納豆みそ<br>鶏肉のさっぱり煮<br>クーフィリチー<br>シカムドッチ<br>ミニロールケーキ【1歳児】バナナ | 米 黒米 <u>納豆</u> （ <u>大豆</u> ） <u>糸削り</u> （ <u>魚</u> ） <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）<br>鶏肉 しょうが にんにく<br>昆布 豚肉 人参 切干大根 こんにゃく<br>豚肉 こんにゃく 冬瓜 <u>鶏なし白かまぼこ</u> （ <u>魚</u> ） ししいたけ<br><u>ミニロールケーキ</u> （ <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）【1歳児】 <u>バナナ</u>                                                         | 米粉カップケーキ   | 米粉カップケーキ  | 米粉カップケーキ           |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | バナナ【1歳児】米粉カップケーキ                                             | <u>バナナ</u> 【1歳児】米粉カップケーキ                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>チンジャオロース風<br>具だくさん汁<br>オレンジ                          | 米 もちきび<br>豚肉 赤ピーマン 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）<br>鶏肉 キャベツ 玉ねぎ さつまいも 青ねぎ <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）<br>オレンジ                                                                                                                                                                                           |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 13                                     | 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<br>もずく丼<br>モウイ和え<br>みそ汁                                 | 米 もちきび<br><u>もずく</u> 豚肉 しょうが 片栗粉 赤ピーマン 青ピーマン コーン<br>モウイ きゅうり <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ）<br><u>厚揚げ</u> （ <u>大豆</u> ） じゃがいも 小松菜 <u>みそ</u> （ <u>大豆</u> ）                                                                                                                                                    |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 手作り米粉のバナナパン                                                  | 米粉 <u>豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） <u>バナナ</u> レモン                                                                                                                                                                                                                                                                        |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | バナナ                                                          | バナナ                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 14                                     | 火                                       | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 15                                     | 水                                       | 給食                                                                                                                                                              | 冷やし中華<br>ボークシューマイ<br>トマトと青菜のスープ                              | <u>中華めん</u> （ <u>小麦</u> ） もやし きゅうり 人参 鶏肉<br><u>ボークシューマイ</u> 【 <u>豚肉</u> ・ <u>しょうが</u> ・ <u>小麦粉</u> ・ <u>玉ねぎ</u> 】<br>鶏肉 <u>豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 小松菜 玉ねぎ トマト 片栗粉                                                                                                                                                  |            |           | 春雨又はビーフン<br>手作り肉団子 |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | しらすおかかチーズおにぎり                                                | 米 <u>チーズ</u> （ <u>乳</u> ） <u>しらす</u> （ <u>魚</u> ） <u>糸削り</u> （ <u>魚</u> ） <u>白ごま</u>                                                                                                                                                                                                                             |            | チーズ除去     |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 朝                                                                                                                                                               | オレンジ                                                         | オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え                      | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | 給食                                                                                                                                                              | ゆし豆腐<br>オレンジ                                                 | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         | おやつ                                                                                                                                                             | 焼きポテトスティック                                                   | じゃがいも                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | きびご飯<br>かぼちゃのひき肉炒め<br>ゴーヤーとキャベツのマヨネーズ和え | 米 もちきび<br>かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u><br>ゴーヤー キャベツ 玉ねぎ 人参 <u>ツナ</u> （ <u>魚</u> ・ <u>大豆</u> ） <u>鶏なしマヨネーズ</u> （ <u>大豆</u> ）<br><u>ゆし豆腐</u> （ <u>大豆</u> ） 青ねぎ |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 給食                                     | ゆし豆腐<br>オレンジ                            | オレンジ<br>オレンジ                                                                                                                                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| おやつ                                    | 焼きポテトスティック                              | じゃがいも                                                                                                                                                           |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
| 朝                                      | オレンジ                                    | オレンジ                                                                                                                                                            |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |
|                                        |                                         |                                                                                                                                                                 |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |           |                    |                  |     |        |  |



※天候やその他の都合により、献立及び食料を変更する場合があります。

※使用する食料とアレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務（特定原材料）9品目

卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生（ピーナッツ）・くるみ・カシューナッツ

その他

ホキ・キング

| 日  | 曜<br>日 | 提<br>供 | 基本献立                              |                                                                                                                       | アレルギー食 献立名 |           |             |          |     |
|----|--------|--------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|-------------|----------|-----|
|    |        |        | 献立名                               | 材料名                                                                                                                   | 給食対応       |           |             |          |     |
|    |        |        |                                   |                                                                                                                       | 卵          | 牛乳        | 小麦          | ホキ       | キング |
| 16 | 木      | 朝      | ハイハイ                              | ハイハイ                                                                                                                  |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>へちまのみそ煮<br>キャベツのさっぱり和え    | 米 もちきび<br>へちま 人参 玉ねぎ 豚肉 <u>豆腐（大豆）</u> <u>みそ（大豆）</u><br>キャベツ きゅうり 鶏肉 <u>塩こはんの煮（梅・赤じそ・かつお節（魚））</u>                      |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | ずまし汁<br>バナナ                       | 大根 鶏肉 えのきたけ しいたけ<br><u>バナナ</u>                                                                                        |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | キャロットケーキ                          | <u>大豆粉</u> <u>豆腐（大豆）</u> 米粉 人参 マーメイド                                                                                  |            |           |             |          |     |
| 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<br>白身魚の南蛮漬け<br>人参しりしり<br>みそ汁 | 米 もちきび<br><u>ホキ（魚）</u> 片栗粉 玉ねぎ きゅうり トマト<br>人参 にら 玉ねぎ <u>ツナ（魚・大豆）</u> <u>卵</u><br>山東菜 玉ねぎ <u>油あげ（大豆）</u> <u>みそ（大豆）</u> | 卵除去        |           |             | 鮭の野菜あんかけ |     |
|    |        | おやつ    | パンポンキンロール                         | <u>パンポンキンロール（卵・乳・大豆・小麦）</u>                                                                                           | 手作り人参蒸しパン  | 手作り人参蒸しパン | 手作り米粉人参蒸しパン |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
| 18 | 土      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 20 | 月      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 21 | 火      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 22 | 水      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 23 | 木      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 24 | 金      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 25 | 土      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 26 | 日      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 27 | 月      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 28 | 火      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 29 | 水      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 30 | 木      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
| 31 | 金      | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |
|    |        | 給食     | きびご飯<br>肉じゃが<br>みそ汁<br>バナナ        | 米 もちきび<br>じゃがいも 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく<br>鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u><br><u>バナナ</u>                                   |            |           |             |          |     |
|    |        | おやつ    | 米粉のメープルマフィン                       | <u>米粉のメープルマフィン（大豆）</u>                                                                                                |            |           |             |          |     |

# 離乳食献立表

## 離乳食対応

### 調味料

【初期】水  
【中期】水・だし・しょうゆ・みそ  
【後期】水・だし・しょうゆ・みそ

### 肉類

【初期】なし  
【中期】鶏肉：鶏ささみ  
【後期】鶏肉：鶏ささみ／豚肉：豚もも肉

### 豆腐

【初期】なし  
【中期】絹ごし豆腐・ゆし豆腐  
【後期】木綿豆腐・ゆし豆腐

- ミルク煮などの味付けには、アレルギー用調整粉乳ミルフィーを使用しています。
- 麺を使用した料理のアレルギー対応は、おじや（又は春雨）になります。
- 天候等の都合により、食材を変更する場合があります。



## おねがい

離乳食献立表を確認して、お子さんが**食べたことのない食材（特にたんぱく質食品）**があれば、まずご家庭で食べさせてみて、**アレルギー症状**等変わった様子がないかご確認をお願いします。

|            | 初期                 |                 | 中期                                         |                                                | 後期                                           |                                              |
|------------|--------------------|-----------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|
|            | なめらかにつぶした状態        |                 | 舌でつぶせる固さ                                   |                                                | 歯ぐきでつぶせる固さ                                   |                                              |
|            | 献立名                | 主な食材            | 献立名                                        | 主な食材                                           | 献立名                                          | 主な食材                                         |
| 1日<br>(水)  | つぶしがゆ<br>大根ペースト    | 米<br>大根 片栗粉     | おかゆ<br>鶏肉と玉ねぎのそぼろ煮<br>大根と人参の煮物<br>みそ汁      | 米<br>鶏肉 玉ねぎ 片栗粉<br>大根 人参 片栗粉<br>チンゲンサイ 長ねぎ     | 軟飯<br>野菜入りハンバーグ<br>大根と人参の煮物<br>みそ汁           | 米<br>豚肉 玉ねぎ 片栗粉<br>大根 人参 片栗粉<br>チンゲンサイ 長ねぎ   |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                        | 米 人参 チンゲンサイ                                    | おじや                                          | 米 人参 チンゲンサイ                                  |
| 2日<br>(木)  | つぶしがゆ<br>キャベツペースト  | 米<br>キャベツ 片栗粉   | おかゆ<br>きゅうりと人参のそぼろ煮<br>豆腐とキャベツの煮物<br>すまし汁  | 米<br>きゅうり 人参 片栗粉<br>豆腐 キャベツ 片栗粉<br>大根 玉ねぎ      | 軟飯<br>きゅうり・人参スティック<br>豆腐とキャベツの煮物<br>すまし汁     | 米<br>きゅうり 人参<br>豆腐 キャベツ 片栗粉<br>大根 玉ねぎ        |
| 2回食        |                    |                 | バナナ                                        | バナナ                                            | バナナ                                          | バナナ                                          |
| 3日<br>(金)  | つぶしがゆ<br>人参ペースト    | 米<br>人参 片栗粉     | おかゆ<br>マチのそぼろ煮<br>人参とチンゲン菜の煮物<br>みそ汁       | 米<br>マチ 片栗粉<br>人参 チンゲンサイ 片栗粉<br>山東菜 玉ねぎ        | 軟飯<br>カジキの照り焼き<br>人参とチンゲン菜の煮物<br>みそ汁         | 米<br>めかじき 片栗粉<br>人参 チンゲンサイ 片栗粉<br>山東菜 玉ねぎ    |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                        | 米 人参 山東菜                                       | おじや                                          | 米 人参 山東菜                                     |
| 4日<br>(土)  | 統一弁当会              |                 |                                            |                                                |                                              |                                              |
| 2回食        |                    |                 | 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                                  | 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                                |
| 6日<br>(月)  | つぶしがゆ<br>チンゲン菜ペースト | 米<br>チンゲンサイ 片栗粉 | おかゆ<br>きゅうりと人参のそぼろ煮<br>鶏肉とトマトの煮物<br>野菜スープ  | 米<br>きゅうり 人参 片栗粉<br>鶏肉 トマト 片栗粉<br>かぼちゃ チンゲンサイ  | 軟飯<br>人参とピーマンの炒め煮<br>鶏肉とトマトの煮物<br>野菜スープ      | 米<br>人参 青ピーマン<br>鶏肉 トマト 片栗粉<br>かぼちゃ チンゲンサイ   |
| 2回食        |                    |                 | かぼちゃマッシュ                                   | かぼちゃ                                           | かぼちゃマッシュ                                     | かぼちゃ                                         |
| 7日<br>(火)  | つぶしがゆ<br>キャベツペースト  | 米<br>キャベツ 片栗粉   | おかゆ<br>納豆 キャベツのそぼろ煮<br>人参シリシリ煮<br>そうめん汁    | 米<br>納豆 キャベツ 片栗粉<br>人参<br>そうめん 青ねぎ             | 軟飯<br>納豆 キャベツとチンゲンサイの炒め煮<br>人参シリシリ煮<br>そうめん汁 | 米<br>納豆 キャベツ チンゲンサイ<br>人参<br>そうめん 青ねぎ        |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                        | 米 人参 チンゲンサイ                                    | おじや                                          | 米 人参 チンゲンサイ                                  |
| 8日<br>(水)  | つぶしがゆ<br>人参ペースト    | 米<br>人参 片栗粉     | おかゆ<br>ポテトと人参のそぼろ煮<br>鶏肉と玉ねぎの煮物<br>野菜スープ   | 米<br>じゃがいも 人参 片栗粉<br>鶏肉 玉ねぎ 片栗粉<br>キャベツ 長ねぎ    | 軟飯<br>手づかみ人参・ポテト<br>鶏肉と玉ねぎの煮物<br>野菜スープ       | 米<br>人参 じゃがいも<br>鶏肉 玉ねぎ 片栗粉<br>キャベツ 長ねぎ      |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                        | 米 キャベツ じゃがいも                                   | おじや                                          | 米 キャベツ じゃがいも                                 |
| 9日<br>(木)  | つぶしがゆ<br>冬瓜ペースト    | 米<br>冬瓜 片栗粉     | おかゆ<br>マチのそぼろ煮<br>さつまいもと青ピーマンの煮物<br>みそ汁    | 米<br>マチ 片栗粉<br>さつまいも 青ピーマン 片栗粉<br>冬瓜 小松菜       | 軟飯<br>マグロの野菜あんかけ<br>さつまいもと青ピーマンの煮物<br>みそ汁    | 米<br>まぐろ 片栗粉 人参<br>さつまいも 青ピーマン 片栗粉<br>冬瓜 小松菜 |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                        | 米 人参 小松菜                                       | おじや                                          | 米 人参 小松菜                                     |
| 10日<br>(金) | つぶしがゆ<br>トマトペースト   | 米<br>トマト 片栗粉    | おかゆ<br>鶏肉のそぼろ煮<br>冬瓜と人参の煮物<br>春雨スープ        | 米<br>鶏肉 片栗粉<br>冬瓜 人参 片栗粉<br>春雨 トマト             | 軟飯<br>豚肉と切干大根の炒め煮<br>冬瓜と人参の煮物<br>春雨スープ       | 米<br>豚肉 切り干し大根<br>冬瓜 人参 片栗粉<br>春雨 トマト        |
| 2回食        |                    |                 | トマト寒天                                      | トマト アップルジュース 寒天                                | トマト寒天                                        | トマト アップルジュース 寒天                              |
| 11日<br>(土) | つぶしがゆ<br>キャベツペースト  | 米<br>キャベツ 片栗粉   | 野菜入りおじや<br>鶏肉と野菜の煮物                        | 米 赤ピーマン 青ねぎ<br>鶏肉 さつまいも 青ピーマン キャベツ 片栗粉         | 野菜入りおじや<br>鶏肉と野菜の煮物                          | 米 赤ピーマン 青ねぎ<br>鶏肉 さつまいも 青ピーマン キャベツ 片栗粉       |
| 2回食        |                    |                 | さつま芋マッシュ                                   | さつまいも                                          | さつま芋マッシュ                                     | さつまいも                                        |
| 13日<br>(月) | つぶしがゆ<br>ポテトペースト   | 米<br>じゃがいも      | おかゆ<br>鶏肉と赤ピーマンのそぼろ煮<br>モウイときゅうりの煮物<br>みそ汁 | 米<br>鶏肉 赤ピーマン 片栗粉<br>モウイ きゅうり 片栗粉<br>じゃがいも 小松菜 | 軟飯<br>豚肉とピーマンの炒め煮<br>モウイときゅうりの煮物<br>みそ汁      | 米<br>豚肉 青ピーマン<br>モウイ きゅうり 片栗粉<br>じゃがいも 小松菜   |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                        | 米 小松菜 赤ピーマン                                    | おじや                                          | 米 小松菜 赤ピーマン                                  |
| 14日<br>(火) | つぶしがゆ<br>かぼちゃペースト  | 米<br>かぼちゃ       | おかゆ<br>かぼちゃのそぼろ煮<br>キャベツと人参の煮物<br>ゆし豆腐     | 米<br>かぼちゃ 片栗粉<br>キャベツ 人参<br>ゆし豆腐 青ねぎ           | 軟飯<br>かぼちゃのおやき<br>キャベツと人参の煮物<br>ゆし豆腐         | 米<br>かぼちゃ 片栗粉<br>キャベツ 人参<br>ゆし豆腐 青ねぎ         |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                        | 米 人参 青ねぎ                                       | おじや                                          | 米 人参 青ねぎ                                     |

# 離乳食献立表

|            |                    |                 |                                             |                                                 |                                           |                                              |
|------------|--------------------|-----------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 15日<br>(水) | つぶしがゆ<br>トマトペースト   | 米<br>トマト 片栗粉    | おかゆ<br>人参のそぼろ煮<br>しらすときゅうりの煮物<br>野菜スープ      | 米<br>人参 片栗粉<br>しらす干し きゅうり 片栗粉<br>小松菜 トマト        | 軟飯<br>人参ともやしの炒め煮<br>しらすときゅうりの煮物<br>野菜スープ  | 米<br>人参 もやし<br>しらす干し きゅうり 片栗粉<br>小松菜 トマト     |
| 2回食        |                    |                 | 煮込みうどん                                      | うどん 人参 小松菜                                      | 煮込みうどん                                    | うどん 人参 小松菜                                   |
| 16日<br>(木) | つぶしがゆ<br>キャベツペースト  | 米<br>キャベツ 片栗粉   | おかゆ<br>きゅうりと人参のそぼろ煮<br>豆腐とキャベツの煮物<br>すまし汁   | 米<br>きゅうり 人参 片栗粉<br>豆腐 キャベツ 片栗粉<br>大根 玉ねぎ       | 軟飯<br>きゅうり・人参スティック<br>豆腐とキャベツの煮物<br>すまし汁  | 米<br>きゅうり 人参<br>豆腐 キャベツ 片栗粉<br>大根 玉ねぎ        |
| 2回食        |                    |                 | バナナ                                         | バナナ                                             | バナナ                                       | バナナ                                          |
| 17日<br>(金) | つぶしがゆ<br>人参ペースト    | 米<br>人参 片栗粉     | おかゆ<br>マチのそぼろ煮<br>人参と玉ねぎの煮物<br>みそ汁          | 米<br>マチ 片栗粉<br>人参 玉ねぎ 片栗粉<br>きゅうり 山東菜           | 軟飯<br>鮭の野菜あんかけ<br>人参と玉ねぎの煮物<br>みそ汁        | 米<br>鮭 トマト<br>人参 玉ねぎ 片栗粉<br>きゅうり 山東菜         |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                         | 米 人参 山東菜                                        | おじや                                       | 山東菜 人参                                       |
| 18日<br>(土) | つぶしがゆ<br>山東菜ペースト   | 米<br>山東菜 片栗粉    | 野菜入りおじや<br>鶏肉と野菜の煮物                         | 米 山東菜 青ねぎ<br>鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 片栗粉                | 野菜入りおじや<br>鶏肉と野菜の煮物                       | 米 山東菜 青ねぎ<br>鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 片栗粉             |
| 2回食        |                    |                 | ポテトマッシュ                                     | じゃがいも                                           | ポテトマッシュ                                   | じゃがいも                                        |
| 20日<br>(月) | 海の日                |                 |                                             |                                                 |                                           |                                              |
| 2回食        |                    |                 |                                             |                                                 |                                           |                                              |
| 21日<br>(火) | つぶしがゆ<br>チンゲン菜ペースト | 米<br>チンゲンサイ 片栗粉 | おかゆ<br>きゅうりと人参のそぼろ煮<br>鶏肉とトマトの煮物<br>野菜スープ   | 米<br>きゅうり 人参 片栗粉<br>鶏肉 トマト 片栗粉<br>かぼちゃ チンゲンサイ   | 軟飯<br>人参とピーマンの炒め煮<br>鶏肉とトマトの煮物<br>野菜スープ   | 米<br>人参 青ピーマン<br>鶏肉 トマト 片栗粉<br>かぼちゃ チンゲンサイ   |
| 2回食        |                    |                 | かぼちゃマッシュ                                    | かぼちゃ                                            | かぼちゃマッシュ                                  | かぼちゃ                                         |
| 22日<br>(水) | つぶしがゆ<br>ポテトペースト   | 米<br>じゃがいも      | おかゆ<br>ポテトと人参のそぼろ煮<br>鶏肉とキャベツの煮物<br>野菜スープ   | 米<br>じゃがいも 人参 片栗粉<br>鶏肉 キャベツ 片栗粉<br>玉ねぎ 白菜      | 軟飯<br>手つかみ人参・ポテト<br>鶏肉とキャベツの煮物<br>野菜スープ   | 米<br>人参 じゃがいも<br>鶏肉 キャベツ 片栗粉<br>玉ねぎ 白菜       |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                         | 米 キャベツ じゃがいも                                    | おじや                                       | 米 キャベツ じゃがいも                                 |
| 23日<br>(木) | つぶしがゆ<br>冬瓜ペースト    | 米<br>冬瓜 片栗粉     | おかゆ<br>マチのそぼろ煮<br>さつまいもと青ピーマンの煮物<br>みそ汁     | 米<br>マチ 片栗粉<br>さつまいも 青ピーマン 片栗粉<br>冬瓜 小松菜        | 軟飯<br>マグロの野菜あんかけ<br>さつまいもと青ピーマンの煮物<br>みそ汁 | 米<br>まぐろ 片栗粉 人参<br>さつまいも 青ピーマン 片栗粉<br>冬瓜 小松菜 |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                         | 米 人参 小松菜                                        | おじや                                       | 米 人参 小松菜                                     |
| 24日<br>(金) | つぶしがゆ<br>小松菜ペースト   | 米<br>小松菜 片栗粉    | おかゆ<br>しらすときゅうりの煮物<br>キャベツと人参の煮物<br>みそ汁     | 米<br>しらす干し 小松菜 片栗粉<br>キャベツ 人参<br>大根 青ねぎ         | 軟飯<br>ポテトバーグ<br>キャベツと人参の煮物<br>みそ汁         | 米<br>しらす干し じゃがいも 片栗粉<br>キャベツ 人参<br>大根 青ねぎ    |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                         | 米 キャベツ じゃがいも                                    | おじや                                       | 米 キャベツ じゃがいも                                 |
| 25日<br>(土) | つぶしがゆ<br>キャベツペースト  | 米<br>キャベツ 片栗粉   | 野菜入りおじや<br>鶏肉と野菜の煮物                         | 米 赤ピーマン 青ねぎ<br>鶏肉 さつまいも 青ピーマン キャベツ 片栗粉          | 野菜入りおじや<br>鶏肉と野菜の煮物                       | 米 赤ピーマン 青ねぎ<br>鶏肉 さつまいも 青ピーマン キャベツ 片栗粉       |
| 2回食        |                    |                 | さつま芋マッシュ                                    | さつまいも                                           | さつま芋マッシュ                                  | さつまいも                                        |
| 27日<br>(月) | つぶしがゆ<br>ポテトペースト   | 米<br>じゃがいも      | おかゆ<br>鶏肉と赤ピーマンのそぼろ煮<br>モーウィときゅうりの煮物<br>みそ汁 | 米<br>鶏肉 赤ピーマン 片栗粉<br>モーウィ きゅうり 片栗粉<br>じゃがいも 小松菜 | 軟飯<br>豚肉とピーマンの炒め煮<br>モーウィときゅうりの煮物<br>みそ汁  | 米<br>豚肉 青ピーマン<br>モーウィ きゅうり 片栗粉<br>じゃがいも 小松菜  |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                         | 米 小松菜 赤ピーマン                                     | おじや                                       | 米 小松菜 赤ピーマン                                  |
| 28日<br>(火) | つぶしがゆ<br>かぼちゃペースト  | 米<br>かぼちゃ       | おかゆ<br>かぼちゃのそぼろ煮<br>キャベツと人参の煮物<br>ゆし豆腐      | 米<br>かぼちゃ 片栗粉<br>キャベツ 人参<br>ゆし豆腐 青ねぎ            | 軟飯<br>かぼちゃのおやき<br>キャベツと人参の煮物<br>ゆし豆腐      | 米<br>かぼちゃ 片栗粉<br>キャベツ 人参<br>ゆし豆腐 青ねぎ         |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                         | 米 人参 青ねぎ                                        | おじや                                       | 米 人参 青ねぎ                                     |
| 29日<br>(水) | つぶしがゆ<br>人参ペースト    | 米<br>人参 片栗粉     | おかゆ<br>人参のそぼろ煮<br>しらすときゅうりの煮物<br>すまし汁       | 米<br>人参 片栗粉<br>しらす干し きゅうり 片栗粉<br>白菜 青ねぎ         | 軟飯<br>キャベツと人参の炒め煮<br>しらすときゅうりの煮物<br>すまし汁  | 米<br>キャベツ 人参<br>しらす干し きゅうり 片栗粉<br>白菜 青ねぎ     |
| 2回食        |                    |                 | 煮込みうどん                                      | うどん 人参 白菜                                       | 煮込みうどん                                    | うどん 人参 白菜                                    |
| 30日<br>(木) | つぶしがゆ<br>小松菜ペースト   | 米<br>小松菜 片栗粉    | おかゆ<br>豆腐と小松菜のそぼろ煮<br>ポテトと人参の煮物<br>みそ汁      | 米<br>豆腐 小松菜 片栗粉<br>じゃがいも 人参 片栗粉<br>キャベツ 青ねぎ     | 軟飯<br>すきやき風煮<br>ポテトと人参の煮物<br>みそ汁          | 米<br>豚肉 豆腐 小松菜<br>じゃがいも 人参 片栗粉<br>キャベツ 青ねぎ   |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                         | 米 小松菜 白菜                                        | おじや                                       | 米 小松菜 白菜                                     |
| 31日<br>(金) | つぶしがゆ<br>白菜ペースト    | 米<br>白菜 片栗粉     | おかゆ<br>人参と大根のそぼろ煮<br>豆腐とパクチョイの煮物<br>すまし汁    | 米<br>人参 大根 片栗粉<br>豆腐 パクチョイ 片栗粉<br>キャベツ 白菜       | 軟飯<br>人参・大根スティック<br>豆腐とパクチョイの煮物<br>すまし汁   | 米<br>人参 大根<br>豆腐 パクチョイ 片栗粉<br>キャベツ 白菜        |
| 2回食        |                    |                 | おじや                                         | 米 パクチョイ 大根                                      | おじや                                       | 米 パクチョイ 大根                                   |

令和8年度



## 7月の延長保育補食予定献立表



那覇市こどもみらい部こども教育保育課

| 月曜日               | 火曜日   | 水曜日    | 木曜日               | 金曜日                                                                                                                                       | 土曜日   |
|-------------------|-------|--------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|                   |       | 7月1日   | 7月2日              | 7月3日                                                                                                                                      | 7月4日  |
|                   |       | おさつどきっ | カルシウムせんべい<br>(小麦) | ぼたぼた焼き<br>(小麦)                                                                                                                            | はちゃ棒  |
| 7月6日              | 7月7日  | 7月8日   | 7月9日              | 7月10日                                                                                                                                     | 7月11日 |
| カルシウムせんべい<br>(小麦) | 玄米棒   | おさつどきっ | カルシウムせんべい<br>(小麦) | ぼたぼた焼き<br>(小麦)                                                                                                                            | はちゃ棒  |
| 7月13日             | 7月14日 | 7月15日  | 7月16日             | 7月17日                                                                                                                                     | 7月18日 |
| カルシウムせんべい<br>(小麦) | 玄米棒   | おさつどきっ | カルシウムせんべい<br>(小麦) | ぼたぼた焼き<br>(小麦)                                                                                                                            | はちゃ棒  |
| 7月20日             | 7月21日 | 7月22日  | 7月23日             | 7月24日                                                                                                                                     | 7月25日 |
| 海の日               | 玄米棒   | おさつどきっ | カルシウムせんべい<br>(小麦) | ぼたぼた焼き<br>(小麦)                                                                                                                            | はちゃ棒  |
| 7月27日             | 7月28日 | 7月29日  | 7月30日             | ※材料その他の都合により変更することがあります。<br>※原材料に卵は使用していません。<br>※調味料由来の小麦・大豆のアレルゲン表記はしていません<br>※アレルギーの場合、2歳以上は「はちゃ棒」<br>「玄米棒」「おさつどき」、<br>1歳児は「ベビーせんべい」を使用 |       |
| カルシウムせんべい<br>(小麦) | 玄米棒   | おさつどきっ | カルシウムせんべい<br>(小麦) |                                                                                                                                           |       |

