

令和7年度



1 2 月 給 食 献 立 表

那覇市こども教育保育課
みらいこども園

日	曜日	提供	献立名	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん
				からだをつくるもと	エネルギーやちからのもと	からだやおなかのちようしをとのえるもと
1	月		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	玄米ご飯 豚丼 ゆかり和え みそ汁	豚肉 豆腐 みそ	米 発芽玄米 片栗粉 しょうが にんにく 小松菜 こんにゃく 玉ねぎ 人参 長ねぎ 大根 キャベツ きゅうり ゆかり わかめ 青ねぎ
			おやつ	手作りバナナ黒糖蒸しパン	豆乳	小麦粉 黒糖 バナナ
			朝	バナナ(1～2歳児のみ)		バナナ
2	火		給食	きびご飯 酢豚風炒め 青菜ともやしのナムル 春雨スープ オレンジ	豚肉 鶏肉	米 もちきび ケチャップ 片栗粉 白ごま ごま油 春雨 玉ねぎ 人参 黄ピーマン 青ピーマン れんこん 小松菜 もやし 人参 白菜 しいたけ 長ねぎ オレンジ
			おやつ	焼きポテスティック		ポテト
			朝	オレンジ(1～2歳児のみ)		オレンジ
			給食	ホットパン カレードッグ あっさりピクルス 野菜スープ	豚肉 大豆	ホットパン 米粉 ケチャップ アレルゲンフリー カレールー 人参 玉ねぎ 青ピーマン にんにく トマト 枝豆 キャベツ きゅうり 人参 レモン 白菜 玉ねぎ しいたけ 小松菜
3	水		おやつ	ごま塩おにぎり		米 黒ごま
			朝	ハイハイ(1～2歳児のみ)		ハイハイ
			給食	きびご飯 さばの塩焼き 人参しりしり みそ汁	さば ツナ 卵 みそ	米 もちきび ポテト 人参 にら 玉ねぎ 小松菜 玉ねぎ わかめ
			おやつ	手作り豆乳プリン	豆乳 きな粉	黒糖
4	木		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	玄米ご飯 みそおでん 磯香和え すまし汁 バナナ	卵なしちくわ 豚肉 厚揚げ みそ 鶏肉	米 発芽玄米 ポテト 大根 人参 キャベツ 人参 白菜 海苔 ごぼう 長ねぎ こんにゃく バナナ
			おやつ	手作りほうれん草チーズ蒸しパン	豆乳 チーズ	小麦粉 ほうれん草
			給食	きびご飯 チンジャオロース風 具だくさん汁 みかん	豚肉 みそ 鶏肉 みそ	米 もちきび さつまいも 赤ピーマン 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく キャベツ 玉ねぎ 青ねぎ みかん
5	金		おやつ	ぼたぼたやき【1歳児】ベビーせんべい		ぼたぼたやき 【1歳児】ベビーせんべい
			朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	玄米ご飯 チキンと豆のカレー コールスローサラダ 青菜入りコーンスープ オレンジ	鶏肉 大豆 ツナ 鶏肉	米 発芽玄米 ポテト アレルゲンフリーカレー ルー 米粉 ケチャップ 卵なしマヨネーズ 片栗粉 にんにく 玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ チンゲンサイ オレンジ
			おやつ	手作りフルーツ寒天		寒天 みかん バイン
6	土		朝	バナナ(1～2歳児のみ)		バナナ
			給食	きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子 タマナーチャンプルー みそ汁	ひじき入り厚焼き玉子[卵] 豚肉 厚揚げ みそ	米 もちきび ひじき入り厚焼き玉子[ひじき・人参] キャベツ 人参 バクチョイ 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ
			おやつ	ポテト海苔塩揚げ		ポテト 青のり
			朝	バナナ(1～2歳児のみ)		バナナ
7	日		給食	きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子 タマナーチャンプルー みそ汁	ひじき入り厚焼き玉子[卵] 豚肉 厚揚げ みそ	米 もちきび ひじき入り厚焼き玉子[ひじき・人参] キャベツ 人参 バクチョイ 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ
			おやつ	ポテト海苔塩揚げ		ポテト 青のり
			朝	バナナ(1～2歳児のみ)		バナナ
			給食	きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子 タマナーチャンプルー みそ汁	ひじき入り厚焼き玉子[卵] 豚肉 厚揚げ みそ	米 もちきび ひじき入り厚焼き玉子[ひじき・人参] キャベツ 人参 バクチョイ 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ
8	月		おやつ	ポテト海苔塩揚げ		ポテト 青のり
			朝	バナナ(1～2歳児のみ)		バナナ
			給食	きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子 タマナーチャンプルー みそ汁	ひじき入り厚焼き玉子[卵] 豚肉 厚揚げ みそ	米 もちきび ひじき入り厚焼き玉子[ひじき・人参] キャベツ 人参 バクチョイ 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ
			おやつ	ポテト海苔塩揚げ		ポテト 青のり
9	火		おやつ	ポテト海苔塩揚げ		ポテト 青のり
			朝	バナナ(1～2歳児のみ)		バナナ
			給食	きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子 タマナーチャンプルー みそ汁	ひじき入り厚焼き玉子[卵] 豚肉 厚揚げ みそ	米 もちきび ひじき入り厚焼き玉子[ひじき・人参] キャベツ 人参 バクチョイ 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ
			おやつ	ポテト海苔塩揚げ		ポテト 青のり

令和7年度



1 2 月 給 食 献 立 表

那覇市こども教育保育課
みらいこども園

日	曜日	提供	献立名	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん
				からだをつくるもと	エネルギーやちからのもと	からだやおなかのちょうしをととのえるもと
10	水		朝	オレンジ(1～2歳児のみ)		オレンジ
			給食	玄米ご飯 マーボー豆腐 バンバンジー 中華スープ	豆腐 豚肉 みそ 鶏肉	米 発芽玄米 片栗粉 白ごま ごま油 ごま油
			給食	玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーン ピース しょうが にんにく もやし きゅうり 玉ねぎ しいたけ チンゲンサイ		
			おやつ	鮭わかめおにぎり	鮭	米
11	木		朝	ハイハイ(1～2歳児のみ)		ハイハイ
			給食	きびご飯 白身魚のゴマみそ焼き じゃがいもきんぴら すまし汁	ホキ みそ 豚肉 油あげ	米 もちきび 白ごま ポテト
			給食	ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく 大根 山東菜		
			おやつ	人参パン	人参パン	
12	金		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	赤飯・油みそ ささみカツ クーブイリチー イナムドゥチ カットロールケーキ 【1歳児】バナナ	みそ ツナ 糸削り ささみカツ【ささみ・大豆粉】 豚肉 豚肉 卵なし白かまぼこ みそ	米 黒米 ささみカツ【パン粉・小麦粉】 カットロールケーキ
			給食	昆布 人参 切干大根 こんにゃく こんにゃく しいたけ 【1歳児】バナナ		
			おやつ	バナナ 【1歳児】米粉カップケーキ	【1歳児】米粉カップケーキ	バナナ
13	土		給食	きびご飯 豚肉のしょうが焼き みそ汁 オレンジ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび
			給食	しょうが 玉ねぎ 人参 赤ピーマン 黄ピーマン 冬瓜 チンゲンサイ 玉ねぎ オレンジ		
			おやつ	やわらかおかき	やわらかおかき	
15	月		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	玄米ご飯 豚丼 ゆかり和え みそ汁	豚肉 豆腐 みそ	米 発芽玄米 片栗粉
			給食	しょうが にんにく 小松菜 こんにゃく 玉ねぎ 人参 長ねぎ 大根 キャベツ きゅうり ゆかり わかめ 青ねぎ		
			おやつ	手作りバナナ黒糖蒸しパン	豆乳	小麦粉 黒糖
16	火		朝	バナナ(1～2歳児のみ)		バナナ
			給食	きびご飯 酢豚風炒め 青菜ともやしのナムル 春雨スープ オレンジ	豚肉 鶏肉	米 もちきび ケチャップ 片栗粉 白ごま ごま油 春雨
			給食	玉ねぎ 人参 黄ピーマン 青ピーマン れんこん 小松菜 もやし 人参 白菜 しいたけ 長ねぎ オレンジ		
			おやつ	焼きポテトスティック		ポテト
17	水		朝	オレンジ(1～2歳児のみ)		オレンジ
			給食	五目あんかけラーメン 国産豚肉餃子 おかか和え	豚肉 餃子【豚肉・大豆】 糸削り しらす	中華めん 片栗粉 ごま油 餃子【小麦粉】
			給食	人参 白菜 チンゲンサイ しいたけ にんにく しょうが 餃子【キャベツ・玉ねぎ・にら・しょうが】 小松菜 大根		
			おやつ	ごま塩おにぎり		米 黒ごま
18	木		朝	ハイハイ(1～2歳児のみ)		ハイハイ
			給食	きびご飯 さばの塩焼き 人参しりしり みそ汁	さば ツナ 卵 みそ	米 もちきび ポテト
			給食	人参 にら 玉ねぎ 小松菜 玉ねぎ わかめ		
			おやつ	手作り豆乳プリン	豆乳 きな粉	黒糖

令和7年度



12月給食献立表

那覇市こども教育保育課
みらいこども園

日	曜日	提供	献立名	あかのしょくひん	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん
				からだをつくるもと	エネルギーやちからのもと	からだやおなかのちようしをとのえるもと
19	金		朝	ベビーせんべい(1〜2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	玄米ご飯 みそおでん 磯香和え すまし汁 バナナ	卵なしちくわ 豚肉 厚揚げ みそ 鶏肉	米 発芽玄米 ポテト 大根 人参 キャベツ 人参 白菜 海苔 ごぼう 長ねぎ こんにやく バナナ
			おやつ	手作りほうれん草チーズ蒸しパン	豆乳 チーズ	小麦粉 ほうれん草
			給食	きびご飯 チンジャオロース風 具だくさん汁 みかん	豚肉 みそ 鶏肉 みそ	米 もちきび さつまいも 赤ピーマン 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく キャベツ 玉ねぎ 青ねぎ みかん
22	月		朝	ベビーせんべい(1〜2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	冬至ジュシー かぼちゃのひき肉炒め 春雨の酢の物 みそ汁 みかん	ジュシーの素[豚肉] 豚肉 鶏肉 鶏肉 みそ	米 片栗粉 ごま油 春雨 ジュシーの素[人参・ごぼう・たけのこ・しいたけ・ひじき] かぼちゃ しょうが 玉ねぎ きゅうり 人参 冬瓜 チンゲンサイ 玉ねぎ みかん
			おやつ	手作りフルーツ寒天		寒天 みかん パイン
			給食	バナナ(1〜2歳児のみ) きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子 タマナーチャンプルー みそ汁	ひじき入り厚焼き玉子[卵] 豚肉 厚揚げ みそ	米 もちきび ひじき入り厚焼き玉子[ひじき・人参] キャベツ 人参 パクチョイ 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ
23	火		朝	ベビーせんべい(1〜2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	玄米ご飯 マーボー豆腐 パンパンジー 中華スープ	豆腐 豚肉 みそ 鶏肉	米 発芽玄米 片栗粉 白ごま ごま油 ごま油 玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーン ピース しょうが にんにく もやし きゅうり 玉ねぎ ししいたけ チンゲンサイ
			おやつ	わかめおにぎり		米 わかめ
			給食	ハイハイ(1〜2歳児のみ) チキンライス もみの木ハンバーグ 人参とコーンのサラダ コンソメスープ	チキンライス[鶏肉・豚肉] ハンバーグ[鶏肉・豚肉・大豆] ツナ 鶏肉	米 ハイハイ 米 チキンライス[ケチャップ] ケチャップ 人參 玉ねぎ コーン チンゲンサイ 玉ねぎ 人参
25	木		朝	ベビーせんべい(1〜2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	年越しそば かぼちゃ天ぷら しらす和え	豚肉 しらす	沖縄そば かぼちゃ天ぷら[小麦粉] 青ねぎ キャベツ もやし にら かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 白菜 きゅうり 人参
			おやつ	手作り米粉の玉ねぎコーンパン	豆乳	米粉 玉ねぎ コーン
			給食	きびご飯 豚肉のしょうが焼き みそ汁 オレンジ	豚肉 鶏肉 みそ	米 もちきび しょうが 玉ねぎ 人参 赤ピーマン 黄ピーマン 冬瓜 チンゲンサイ 玉ねぎ オレンジ
27	土		朝	ベビーせんべい(1〜2歳児のみ)		アンパンマンベビーせんべい
			給食	玄米ご飯 マーボー豆腐 パンパンジー 中華スープ	豆腐 豚肉 みそ 鶏肉	米 発芽玄米 片栗粉 白ごま ごま油 ごま油 玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーン ピース しょうが にんにく もやし きゅうり 玉ねぎ ししいたけ チンゲンサイ
			おやつ	わかめおにぎり		米 わかめ
			給食	ハイハイ(1〜2歳児のみ) チキンライス もみの木ハンバーグ 人参とコーンのサラダ コンソメスープ	チキンライス[鶏肉・豚肉] ハンバーグ[鶏肉・豚肉・大豆] ツナ 鶏肉	米 ハイハイ 米 チキンライス[ケチャップ] ケチャップ 人參 玉ねぎ コーン チンゲンサイ 玉ねぎ 人参

※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します。

※給食センターでは、新鮮な食材を仕入れるため野菜等は出来るだけ県産物としていますが、仕入れが出来ない場合は県外産も使用しています。

※食材は、天候その他の都合により変更する場合があります。

※給食の取り置きは衛生面により11時半までとなりました。11時半以降から登園する場合は給食の提供はできませんのでご了承ください



12 月 アレルギー食 予定献立表



※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品目及び下記の商品について表示しています。

卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生(ピーナッツ)・くるみ					その他(みらい) 山芋・バナナ・パイン					
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	給食対応 小麦	山芋	バナナ・ パイン	
1	月	朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)	アンパンマンベビーせんべい						
		給食	玄米ご飯 豚丼 ゆかり和え みそ汁	米 発芽玄米 豚肉 しょうが にんにく 小松菜 こんにゃく 玉ねぎ 人参 長ねぎ 片栗粉 大根 キャベツ きゅうり ゆかり <u>豆腐(大豆)</u> わかめ 青ねぎ <u>みそ(大豆)</u>						
			おやつ	手作りバナナ黒糖蒸しパン	<u>小麦粉</u> 黒糖 <u>豆乳(大豆)</u> <u>バナナ</u>			手作り米粉バナ ナ黒糖蒸しパン		手作り黒糖蒸し パン
			朝	バナナ(1～2歳児のみ)	<u>バナナ</u>					ハイハイ
2	火	給食	きびご飯 酢豚風炒め 青菜ともやしのナムル 春雨スープ オレンジ	米 もちきび 豚肉 玉ねぎ 人参 黄ピーマン 青ピーマン れんこん ケチャップ 片栗粉 小松菜 もやし 人参 <u>白ごま</u> <u>ごま油</u> 鶏肉 白菜 しいたけ 長ねぎ 春雨 オレンジ						
		おやつ	焼きポテトスティック	ポテト						
		朝	オレンジ(1～2歳児のみ)	オレンジ						
		給食	ホットパン カレードッグ あっさりピクルス 野菜スープ	<u>ホットパン(卵・乳・小麦・大豆)</u> 豚肉 人参 玉ねぎ 青ピーマン <u>大豆</u> <u>枝豆(大豆)</u> にんにく トマト 米粉 ケチャップ アレルゲンフリーカレー キャベツ きゅうり 人参 レモン 白菜 玉ねぎ しいたけ 小松菜	ごはん	ごはん	ごはん			
3	水	おやつ	ごま塩おにぎり	米 <u>黒ごま</u>						
		朝	ハイハイ(1～2歳児のみ)	ハイハイ						
		給食	きびご飯 さばの塩焼き 人参しりしり みそ汁	米 もちきび <u>さば(魚)</u> 人参 たら 玉ねぎ <u>ツナ(魚・大豆)</u> <u>卵</u> 小松菜 ポテト 玉ねぎ わかめ <u>みそ(大豆)</u>	卵除去					
		おやつ	手作り豆乳プリン	<u>豆乳(大豆)</u> <u>きな粉(大豆)</u> 黒糖						
4	木	朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)	アンパンマンベビーせんべい						
		給食	玄米ご飯 みそおでん 磯香和え すまし汁 バナナ	米 発芽玄米 大根 人参 ポテト <u>卵なしちくわ(魚)</u> 豚肉 <u>厚揚げ(大豆)</u> <u>みそ(大豆)</u> キャベツ 人参 白菜 海苔 鶏肉 ごぼう 長ねぎ こんにゃく <u>バナナ</u>				オレンジ		
		おやつ	手作りほうれん草チーズ蒸しパン	<u>小麦粉</u> <u>豆乳(大豆)</u> ほうれん草 <u>チーズ(乳)</u>		チーズ除去ほう れん草蒸しパン	米粉ほうれん草 チーズ蒸しパン			
		給食	きびご飯 チンジャオロース風 具だくさん汁 みかん	米 もちきび 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(大豆)</u> 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ さつまいも 青ねぎ <u>みそ(大豆)</u> みかん						
5	金	おやつ	ぼたぼたやき【1歳児】ベビーせんべい	<u>ぼたぼたやき(大豆)</u> 【1歳児】ベビーせんべい						
		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)	アンパンマンベビーせんべい						
		給食	玄米ご飯 チキンと豆のカレー コールスローサラダ 青菜入りコンスープ オレンジ	米 発芽玄米 鶏肉 にんにく ポテト <u>大豆</u> 玉ねぎ 人参 アレルゲンフリーカレー 米粉 ケチャップ キャベツ 人参 きゅうり <u>ツナ(魚・大豆)</u> <u>卵なしマヨネーズ(大豆)</u> 鶏肉 コーン 玉ねぎ チンゲンサイ 片栗粉 オレンジ						
		おやつ	手作りフルーツ寒天	寒天 みかん <u>パイン</u>					パイン除去	
6	土	朝	バナナ(1～2歳児のみ)	<u>バナナ</u>					ハイハイ	
		給食	きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子 タマナーチャンプルー みそ汁	米 もちきび <u>ひじき入り厚焼き玉子</u> 【ひじき・ <u>卵</u> ・人参】 <u>(大豆)</u> キャベツ 人参 バクチョイ 豚肉 <u>厚揚げ(大豆)</u> 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ <u>みそ(大豆)</u>	手作りハンバーグ					
		おやつ	ポテト海苔塩揚げ	ポテト 青のり						
		朝	オレンジ(1～2歳児のみ)	オレンジ						
7	日	給食	玄米ご飯 マーボー豆腐 ハンパソウ 中華スープ	米 発芽玄米 <u>豆腐(大豆)</u> 豚肉 玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーンピース <u>みそ(大豆)</u> しょうが にんにく 片栗粉 鶏肉 もやし きゅうり <u>白ごま</u> <u>ごま油</u> 玉ねぎ しいたけ チンゲンサイ <u>ごま油</u>						
		おやつ	鮭わかめおにぎり	米 <u>鮭(魚)</u> わかめ						
		朝	ハイハイ(1～2歳児のみ)	ハイハイ						
		給食	きびご飯 白身魚のゴマみそ焼き じゃがいもきんぴら すまし汁	米 もちきび <u>ホキ(魚)</u> <u>みそ(大豆)</u> <u>白ごま</u> 豚肉 ごぼう ポテト 人参 青ピーマン こんにゃく 大根 山東菜 <u>油あげ(大豆)</u>						
8	月	おやつ	人参パン	<u>人参パン(卵・乳・小麦・大豆)</u>	手作り米粉人参蒸しパン	手作り米粉人参蒸しパン	手作り米粉人参蒸しパン			
		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)	アンパンマンベビーせんべい						
		給食	赤飯・油みそ ささみカツ クープイリチー イナムドッチ カットロールケーキ 【1歳児】バナナ	米 黒米 <u>みそ(大豆)</u> <u>ツナ(魚・大豆)</u> <u>糸削り(魚)</u> ささみカツ【ささみ・ <u>パン粉(小麦)</u> ・ <u>小麦粉</u> ・ <u>大豆粉</u> 】 昆布 豚肉 人参 切干大根 こんにゃく 豚肉 こんにゃく <u>卵なし白かまぼこ(魚)</u> しいたけ <u>みそ(大豆)</u> <u>カットロールケーキ(卵・乳・小麦・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	【1歳児】オレンジ		
		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】 <u>米粉カップケーキ(大豆)</u>					オレンジ	
9	火	給食	きびご飯 豚肉のしょうが焼き みそ汁 オレンジ	米 もちきび 豚肉 しょうが 玉ねぎ 人参 赤ピーマン 黄ピーマン 鶏肉 冬瓜 チンゲンサイ 玉ねぎ <u>みそ(大豆)</u> オレンジ						
		おやつ	やわらかおかき	<u>やわらかおかき(大豆)</u>						
		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)	アンパンマンベビーせんべい						
		給食	玄米ご飯 みそおでん 磯香和え すまし汁 バナナ	米 発芽玄米 大根 人参 ポテト <u>卵なしちくわ(魚)</u> 豚肉 <u>厚揚げ(大豆)</u> <u>みそ(大豆)</u> キャベツ 人参 白菜 海苔 鶏肉 ごぼう 長ねぎ こんにゃく <u>バナナ</u>				オレンジ		
10	水	おやつ	手作りほうれん草チーズ蒸しパン	<u>小麦粉</u> <u>豆乳(大豆)</u> ほうれん草 <u>チーズ(乳)</u>		チーズ除去ほう れん草蒸しパン	米粉ほうれん草 チーズ蒸しパン			
		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)	アンパンマンベビーせんべい						
		給食	玄米ご飯 チキンと豆のカレー コールスローサラダ 青菜入りコンスープ オレンジ	米 発芽玄米 鶏肉 にんにく ポテト <u>大豆</u> 玉ねぎ 人参 アレルゲンフリーカレー 米粉 ケチャップ キャベツ 人参 きゅうり <u>ツナ(魚・大豆)</u> <u>卵なしマヨネーズ(大豆)</u> 鶏肉 コーン 玉ねぎ チンゲンサイ 片栗粉 オレンジ						
		おやつ	手作りフルーツ寒天	寒天 みかん <u>パイン</u>					パイン除去	
11	木	朝	バナナ(1～2歳児のみ)	<u>バナナ</u>					ハイハイ	
		給食	きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子 タマナーチャンプルー みそ汁	米 もちきび <u>ひじき入り厚焼き玉子</u> 【ひじき・ <u>卵</u> ・人参】 <u>(大豆)</u> キャベツ 人参 バクチョイ 豚肉 <u>厚揚げ(大豆)</u> 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ <u>みそ(大豆)</u>	手作りハンバーグ					
		おやつ	ポテト海苔塩揚げ	ポテト 青のり						
		朝	オレンジ(1～2歳児のみ)	オレンジ						
12	金	給食	玄米ご飯 マーボー豆腐 ハンパソウ 中華スープ	米 発芽玄米 <u>豆腐(大豆)</u> 豚肉 玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーンピース <u>みそ(大豆)</u> しょうが にんにく 片栗粉 鶏肉 もやし きゅうり <u>白ごま</u> <u>ごま油</u> 玉ねぎ しいたけ チンゲンサイ <u>ごま油</u>						
		おやつ	鮭わかめおにぎり	米 <u>鮭(魚)</u> わかめ						
		朝	ハイハイ(1～2歳児のみ)	ハイハイ						
		給食	きびご飯 白身魚のゴマみそ焼き じゃがいもきんぴら すまし汁	米 もちきび <u>ホキ(魚)</u> <u>みそ(大豆)</u> <u>白ごま</u> 豚肉 ごぼう ポテト 人参 青ピーマン こんにゃく 大根 山東菜 <u>油あげ(大豆)</u>						
13	土	おやつ	人参パン	<u>人参パン(卵・乳・小麦・大豆)</u>	手作り米粉人参蒸しパン	手作り米粉人参蒸しパン	手作り米粉人参蒸しパン			
		朝	ベビーせんべい(1～2歳児のみ)	アンパンマンベビーせんべい						
		給食	赤飯・油みそ ささみカツ クープイリチー イナムドッチ カットロールケーキ 【1歳児】バナナ	米 黒米 <u>みそ(大豆)</u> <u>ツナ(魚・大豆)</u> <u>糸削り(魚)</u> ささみカツ【ささみ・ <u>パン粉(小麦)</u> ・ <u>小麦粉</u> ・ <u>大豆粉</u> 】 昆布 豚肉 人参 切干大根 こんにゃく 豚肉 こんにゃく <u>卵なし白かまぼこ(魚)</u> しいたけ <u>みそ(大豆)</u> <u>カットロールケーキ(卵・乳・小麦・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	【1歳児】オレンジ		
		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】 <u>米粉カップケーキ(大豆)</u>					オレンジ	



※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品目及び下記品目について表示しています。

表示義務（特定原材料）8品目					その他（みらい） 山芋・バナナ・ハイン				
卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生（ピーナッツ）・くるみ									
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	山芋	バナナ・ハイン
15	月	朝	ベビーせんべい（1～2歳児のみ）	アンパンマンベビーせんべい					
		給食	玄米ご飯 豚丼	米 発芽玄米 豚肉 しょうが にんにく 小松菜 こんにゃく 玉ねぎ 人参 長ねぎ 片栗粉					
			ゆかり和え みそ汁	大根 キャベツ きゅうり ゆかり <u>豆腐（大豆）</u> わかめ 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u>					
		おやつ	手作りのバナナ黒糖蒸しパン	<u>小麦粉</u> 黒糖 <u>豆乳（大豆）</u> <u>バナナ</u>			手作り米粉バナナ黒糖蒸しパン		手作りの黒糖蒸しパン
16	火	朝	バナナ（1～2歳児のみ）	<u>バナナ</u>					ハイハイン
		給食	きびご飯 酢豚風炒め	米 もちきび 豚肉 玉ねぎ 人参 黄ピーマン 青ピーマン れんこん ケチャップ 片栗粉					
			青菜ともやしのナムル 春雨スープ オレンジ	小松菜 もやし 人参 <u>白ごま ごま油</u> 鶏肉 白菜 しいたけ 長ねぎ 春雨 オレンジ					
		おやつ	焼きポテトスティック	ポテト					
17	水	朝	オレンジ（1～2歳児のみ）	オレンジ					
		給食	五目あんかけラーメン	<u>中華めん（小麦）</u> 豚肉 人参 白菜 チンゲンサイ しいたけ にんにく しょうが 片栗粉 <u>ごま油</u>			春雨又はビーフン		
			国産豚肉餃子 おかか和え	<u>餃子</u> [キャベツ・玉ねぎ・にら・豚肉・しょうが・ <u>小麦粉</u> ・ <u>大豆</u>] 小松菜 大根 <u>糸削り（魚）</u> <u>しらす（魚）</u>			手作り肉団子		
		おやつ	ごま塩おにぎり	米 <u>黒ごま</u>					
18	木	朝	ハイハイン（1～2歳児のみ）	ハイハイン					
		給食	きびご飯 さばの塩焼き 人参しりしり みそ汁	米 もちきび <u>さば（魚）</u> 人参 にら 玉ねぎ <u>ツナ（魚・大豆）</u> <u>卵</u> 小松菜 ポテト 玉ねぎ わかめ <u>みそ（大豆）</u>	卵除去				
			おやつ	手作りの豆乳プリン	<u>豆乳（大豆）</u> <u>きな粉（大豆）</u> 黒糖				
		朝	ベビーせんべい（1～2歳児のみ）	アンパンマンベビーせんべい					
19	金	給食	玄米ご飯 みそおでん 磯香和え すまし汁 バナナ	米 発芽玄米 大根 人参 ポテト <u>卵なしちくわ（魚）</u> 豚肉 <u>厚揚げ（大豆）</u> <u>みそ（大豆）</u> キャベツ 人参 白菜 海苔 鶏肉 ごぼう 長ねぎ こんにゃく <u>バナナ</u>					オレンジ
			おやつ	手作りのほうれん草チーズ蒸しパン	<u>小麦粉</u> <u>豆乳（大豆）</u> ほうれん草 <u>チーズ（乳）</u>		チーズ除去ほうれん草蒸しパン	米粉ほうれん草チーズ蒸しパン	
		朝	ベビーせんべい（1～2歳児のみ）	アンパンマンベビーせんべい					
		給食	きびご飯 チンジャオロース風 具だくさん汁 みかん	米 もちきび 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（大豆）</u> 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ さつまいも 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u> みかん					
おやつ	米粉のスティックタルト	<u>米粉スティックタルト（大豆）</u>							
22	月	朝	ベビーせんべい（1～2歳児のみ）	アンパンマンベビーせんべい					
		給食	冬至ジュース かぼちゃのひき肉炒め 春雨の酢の物 みそ汁 みかん	米 <u>ジュースの素</u> [人参・ごぼう・たけのこ・しいたけ・豚肉・ひじき] <u>（大豆）</u> かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 <u>ごま油</u> 春雨 きゅうり 人参 鶏肉 鶏肉 冬瓜 チンゲンサイ 玉ねぎ <u>みそ（大豆）</u> みかん					
			おやつ	手作りのフルーツ寒天	寒天 みかん <u>ハイン</u>				
		朝	バナナ（1～2歳児のみ）	<u>バナナ</u>					ハイハイン
23	火	給食	きびご飯 ひじき入り厚焼き玉子	米 もちきび <u>ひじき入り厚焼き玉子</u> [ひじき・ <u>卵</u> ・人参] <u>（大豆）</u>	手作りのハンバーグ				
			タマナーチャンプルー みそ汁	キャベツ 人参 バクチョイ 豚肉 <u>厚揚げ（大豆）</u> 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ <u>みそ（大豆）</u>					
		おやつ	きなごみつ手	さつまいも <u>きな粉（大豆）</u>					
		朝	オレンジ（1～2歳児のみ）	オレンジ					
24	水	給食	玄米ご飯 マーボー豆腐	米 発芽玄米 <u>豆腐（大豆）</u> 豚肉 玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーンピース <u>みそ（大豆）</u> しょうが にんにく 片栗粉					
			ハンパソウ 中華スープ	鶏肉 もやし きゅうり <u>白ごま ごま油</u> 玉ねぎ しいたけ チンゲンサイ <u>ごま油</u>					
		おやつ	わかめおにぎり	米 わかめ					
		朝	ハイハイン（1～2歳児のみ）	ハイハイン					
25	木	給食	チキンライス もみの木ハンバーグ	米 <u>チキンライス</u> [ケチャップ・人参・コーン・鶏肉・豚肉・玉ねぎ] <u>（大豆）</u> <u>ハンバーグ</u> [鶏肉・豚肉・玉ねぎ・ <u>大豆</u> ・トマト・にんにく・しょうが] 玉ねぎ にんにく しょうが ケチャップ					
			人参とコーンのサラダ コンソメスープ	人参 玉ねぎ コーン <u>ツナ（魚・大豆）</u> 鶏肉 チンゲンサイ 玉ねぎ 人参					
		おやつ	カップケーキ	<u>豆乳（大豆）</u> 米粉 <u>大豆</u>					
		朝	ベビーせんべい（1～2歳児のみ）	アンパンマンベビーせんべい					
26	金	給食	年越しそば	<u>沖縄そば（小麦）</u> 青ねぎ 豚肉 キャベツ もやし にら			春雨又はビーフン		
			かぼちゃ天ぷら しらす和え	<u>かぼちゃ天ぷら</u> [かぼちゃ・ <u>小麦粉</u>] 白菜 きゅうり 人参 <u>しらす（魚）</u>			手作り米粉かぼちゃ天ぷら		
		おやつ	手作り米粉の玉ねぎコーンパン	玉ねぎ 米粉 <u>豆乳（大豆）</u> コーン					
		朝	ベビーせんべい（1～2歳児のみ）	アンパンマンベビーせんべい					
27	土	給食	きびご飯 豚肉のしょうが焼き みそ汁 オレンジ	米 もちきび 豚肉 しょうが 玉ねぎ 人参 赤ピーマン 黄ピーマン 鶏肉 冬瓜 チンゲンサイ 玉ねぎ <u>みそ（大豆）</u> オレンジ					
			おやつ	やわらかおかき	<u>やわらかおかき（大豆）</u>				
		朝	ベビーせんべい（1～2歳児のみ）	アンパンマンベビーせんべい					
		給食	きびご飯 豚肉のしょうが焼き みそ汁 オレンジ	米 もちきび 豚肉 しょうが 玉ねぎ 人参 赤ピーマン 黄ピーマン 鶏肉 冬瓜 チンゲンサイ 玉ねぎ <u>みそ（大豆）</u> オレンジ					
おやつ	やわらかおかき	<u>やわらかおかき（大豆）</u>							

離乳食献立表

離乳食対応

おねがい

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。
- 麵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。



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、まずご家庭で食べてみて、**アレルギー症状等**変わった様子がないかご確認

	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 (月)	つぶしがゆ 大根ペースト	米 大根 片栗粉	おかゆ 豆腐と人参のそぼろ煮 キャベツときゅうりの煮物 みそ汁 おじや	米 豆腐 人参 片栗粉 キャベツ きゅうり 片栗粉 大根 青ねぎ みそ 米 キャベツ 玉ねぎ	軟飯 豆腐と小松菜の炒め煮 キャベツときゅうりの煮物 みそ汁 おじや	米 豆腐 小松菜 キャベツ きゅうり 片栗粉 大根 青ねぎ みそ 米 キャベツ 玉ねぎ
2回食						
2日 (火)	つぶしがゆ 小松菜ペースト	米 小松菜 片栗粉	おかゆ 白菜と黄ピーマンのそぼろ煮 4種の根菜と鶏ささみ すまし汁 おじや	米 白菜 黄ピーマン 片栗粉 鶏肉 大根 人参 里芋 玉ねぎ ごぼう 片栗粉 米 白菜 人参	軟飯 白菜と黄ピーマンの炒め煮 4種の根菜と鶏ささみ すまし汁 おじや	米 白菜 黄ピーマン 鶏肉 大根 人参 里芋 玉ねぎ ごぼう 片栗粉 人参 長ねぎ 米 白菜 人参
2回食						
3日 (水)	つぶしがゆ 白菜ペースト	米 白菜 片栗粉	おかゆ 人参ときゅうりのそぼろ煮 鶏肉と白菜の煮物 野菜スープ おじや	米 人参 きゅうり 片栗粉 鶏肉 白菜 片栗粉 キャベツ 玉ねぎ 米 玉ねぎ 小松菜	軟飯 人参・きゅうりスティック 鶏肉と白菜の煮物 野菜スープ おじや	米 人参 きゅうり 鶏肉 白菜 片栗粉 キャベツ 玉ねぎ 米 玉ねぎ 小松菜
2回食						
4日 (木)	つぶしがゆ ポテトペースト	米 ポテト	おかゆ マチとポテトのそぼろ煮 人参シリシリ煮 みそ汁 おじや	米 マチ ポテト 片栗粉 人参 小松菜 玉ねぎ みそ 米 ポテト 人参	軟飯 お魚ポテトバーグ 人参シリシリ煮 みそ汁 おじや	米 マクロ ポテト 片栗粉 人参 小松菜 玉ねぎ みそ 米 ポテト 人参
2回食						
5日 (金)	つぶしがゆ キャベツペースト	米 キャベツ 片栗粉	おかゆ 豆腐と大根のそぼろ煮 白菜とキャベツの煮物 すまし汁 バナナ	米 豆腐 大根 片栗粉 白菜 キャベツ 片栗粉 ポテト 長ねぎ バナナ きな粉	軟飯 おでん風煮 白菜とキャベツの煮物 すまし汁 バナナ	米 豆腐 大根 人参 片栗粉 白菜 キャベツ 片栗粉 ポテト 長ねぎ バナナ きな粉
2回食						
6日 (土)	つぶしがゆ さつまいもペースト	米 さつまいも	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 キャベツ 青ねぎ 鶏肉 赤ピーマン さつまいも 玉ねぎ 片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 キャベツ 青ねぎ 鶏肉 赤ピーマン さつまいも 玉ねぎ 片栗粉
2回食						
8日 (月)	つぶしがゆ ポテトペースト	米 ポテト	おかゆ 人参とポテトのそぼろ煮 鶏肉とチンゲンサイの煮物 野菜スープ おじや	米 人参 ポテト 片栗粉 鶏肉 チンゲンサイ 片栗粉 キャベツ 玉ねぎ 米 チンゲンサイ 玉ねぎ	軟飯 手づかみ人参・ポテト 鶏肉とチンゲンサイの煮物 野菜スープ おじや	米 人参 ポテト 鶏肉 チンゲンサイ 片栗粉 キャベツ 玉ねぎ 米 チンゲンサイ 玉ねぎ
2回食						
9日 (火)	つぶしがゆ キャベツペースト	米 キャベツ 片栗粉	おかゆ 鶏肉とキャベツのそぼろ煮 人参と小松菜の煮物 みそ汁 おじや	米 鶏肉 キャベツ 片栗粉 人参 小松菜 片栗粉 大根 青ねぎ みそ 米 人参 青ねぎ	軟飯 キャベツ入りハンバーグ 人参と小松菜の煮物 みそ汁 おじや	米 豚肉 キャベツ 片栗粉 人参 小松菜 片栗粉 大根 青ねぎ みそ 米 人参 青ねぎ
2回食						
10日 (水)	つぶしがゆ 人参ペースト	米 人参 片栗粉	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 人参ときゅうりの煮物 野菜スープ おじや	米 豆腐 片栗粉 人参 きゅうり 片栗粉 チンゲンサイ 玉ねぎ 米 チンゲンサイ 長ねぎ	軟飯 マーボー豆腐風 人参ときゅうりの煮物 野菜スープ おじや	米 豚肉 豆腐 長ねぎ みそ 片栗粉 人参 きゅうり 片栗粉 チンゲンサイ 玉ねぎ 米 チンゲンサイ 長ねぎ
2回食						
11日 (木)	つぶしがゆ 大根ペースト	米 大根 片栗粉	おかゆ マチと人参のそぼろ煮 ポテトと青ピーマンの煮物 すまし汁 おじや	米 マチ 人参 片栗粉 ポテト 青ピーマン 片栗粉 大根 山東菜 米 山東菜 ポテト	軟飯 カジキの照り焼き ポテトと青ピーマンの煮物 すまし汁 おじや	米 メカジキ 片栗粉 ポテト 青ピーマン 片栗粉 大根 山東菜 米 山東菜 ポテト
2回食						
12日 (金)	つぶしがゆ 人参ペースト	米 人参 片栗粉	おかゆ 鶏肉のそぼろ煮 人参シリシリ煮 春雨スープ キャロット寒天	米 鶏肉 片栗粉 人参 春雨 玉ねぎ 人参 アップルジュース 寒天	軟飯 豚肉と切干大根の炒め煮 人参シリシリ煮 春雨スープ キャロット寒天	米 豚肉 切干大根 人参 春雨 玉ねぎ 人参 アップルジュース 寒天
2回食						
13日 (土)	つぶしがゆ 冬瓜ペースト	米 冬瓜 片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 人参 玉ねぎ 鶏肉 冬瓜 チンゲンサイ 赤ピーマン 片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 人参 玉ねぎ 鶏肉 冬瓜 チンゲンサイ 赤ピーマン 片栗粉
2回食						
			ポテトマッシュ	ポテト	ポテトマッシュ	ポテト

離乳食献立表

15日 (月)	つぶしがゆ 大根ペースト	米 大根 片栗粉	おかゆ 豆腐と人参のそぼろ煮 キャベツときゅうりの煮物 みそ汁 おじや	米 豆腐 人参 片栗粉 キャベツ きゅうり 片栗粉 大根 青ねぎ みそ 米 キャベツ 玉ねぎ	軟飯 豆腐と小松菜の炒め煮 キャベツときゅうりの煮物 みそ汁 おじや	米 豆腐 小松菜 キャベツ きゅうり 片栗粉 大根 青ねぎ みそ 米 キャベツ 玉ねぎ
2回食						
16日 (火)	つぶしがゆ 小松菜ペースト	米 小松菜 片栗粉	おかゆ 白菜と黄ピーマンのそぼろ煮 鶏肉と小松菜の煮物 すまし汁 おじや	米 白菜 黄ピーマン 片栗粉 鶏肉 小松菜 片栗粉 人参 長ねぎ 米 白菜 人参	軟飯 白菜と黄ピーマンの炒め煮 鶏肉と小松菜の煮物 すまし汁 おじや	米 白菜 黄ピーマン 鶏肉 小松菜 片栗粉 人参 長ねぎ 米 白菜 人参
2回食						
17日 (水)	つぶしがゆ 白菜ペースト	米 白菜 片栗粉	おかゆ 人参と大根のそぼろ煮 しらすとチンゲンサイの煮物 野菜スープ	米 人参 大根 片栗粉 しらす チンゲンサイ 片栗粉 白菜 小松菜	軟飯 手づかみ人参・大根 しらすとチンゲンサイの煮物 野菜スープ	米 人参 大根 しらす チンゲンサイ 片栗粉 白菜 小松菜
2回食						
18日 (木)	つぶしがゆ ポテトペースト	米 ポテト	おかゆ マチとポテトのそぼろ煮 人参シリシリ煮 みそ汁 おじや	米 マチ ポテト 片栗粉 人参 小松菜 玉ねぎ みそ 米 ポテト 人参	軟飯 お魚ポテトバーグ 人参シリシリ煮 みそ汁 おじや	米 マグロ ポテト 片栗粉 人参 小松菜 玉ねぎ みそ 米 ポテト 人参
2回食						
19日 (金)	つぶしがゆ キャベツペースト	米 キャベツ 片栗粉	おかゆ 豆腐と大根のそぼろ煮 白菜とキャベツの煮物 すまし汁 バナナ	米 豆腐 大根 片栗粉 白菜 キャベツ 片栗粉 ポテト 長ねぎ バナナ きな粉	軟飯 おでん風煮 白菜とキャベツの煮物 すまし汁 バナナ	米 豆腐 大根 人参 片栗粉 白菜 キャベツ 片栗粉 ポテト 長ねぎ バナナ きな粉
2回食						
20日 (土)	つぶしがゆ さつまいもペースト	米 さつまいも	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 キャベツ 青ねぎ 鶏肉 赤ピーマン さつまいも 玉ねぎ 片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 キャベツ 青ねぎ 鶏肉 赤ピーマン さつまいも 玉ねぎ 片栗粉
2回食						
22日 (月)	つぶしがゆ かぼちゃペースト	米 かぼちゃ	おかゆ 人参ときゅうりのそぼろ煮 鶏肉とかぼちゃの煮物 すまし汁 かぼちゃマッシュ	米 人参 きゅうり 片栗粉 鶏肉 かぼちゃ 片栗粉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ	軟飯 人参・きゅうりスティック 鶏肉とかぼちゃの煮物 すまし汁 かぼちゃマッシュ	米 人参 きゅうり 鶏肉 かぼちゃ 片栗粉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ
2回食						
23日 (火)	つぶしがゆ キャベツペースト	米 キャベツ 片栗粉	おかゆ 鶏肉とキャベツのそぼろ煮 人参と小松菜の煮物 みそ汁 おじや	米 鶏肉 キャベツ 片栗粉 人参 小松菜 片栗粉 大根 青ねぎ みそ 米 人参 青ねぎ	軟飯 キャベツ入りハンバーグ 人参と小松菜の煮物 みそ汁 おじや	米 豚肉 キャベツ 片栗粉 人参 小松菜 片栗粉 大根 青ねぎ みそ 米 人参 青ねぎ
2回食						
24日 (水)	つぶしがゆ 人参ペースト	米 人参 片栗粉	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 人参ときゅうりの煮物 野菜スープ おじや	米 豆腐 片栗粉 人参 きゅうり 片栗粉 チンゲンサイ 玉ねぎ 米 チンゲンサイ 長ねぎ	軟飯 マーボー豆腐風 人参ときゅうりの煮物 野菜スープ おじや	米 豚肉 豆腐 長ねぎ みそ 片栗粉 人参 きゅうり 片栗粉 チンゲンサイ 玉ねぎ 米 チンゲンサイ 長ねぎ
2回食						
25日 (木)	つぶしがゆ ポテトペースト	米 ポテト	おかゆ 鶏肉のそぼろ煮 ポテトと小松菜の煮物 野菜スープ おじや	米 鶏肉 片栗粉 ポテト 小松菜 片栗粉 チンゲンサイ 玉ねぎ 米 ポテト 人参	軟飯 鶏肉と人参の炒め煮 ポテトと小松菜の煮物 野菜スープ おじや	米 鶏肉 人参 ポテト 小松菜 片栗粉 チンゲンサイ 玉ねぎ 米 ポテト 人参
2回食						
26日 (金)	つぶしがゆ 白菜ペースト	米 白菜 片栗粉	おかゆ しらすとキャベツのそぼろ煮 白菜ときゅうりの煮物 みそ汁 煮込みうどん	米 しらす キャベツ 片栗粉 白菜 きゅうり 片栗粉 人参 青ねぎ みそ うどん 白菜 青ねぎ	軟飯 しらすとキャベツの炒め煮 白菜ときゅうりの煮物 みそ汁 煮込みうどん	米 しらす キャベツ 白菜 きゅうり 片栗粉 人参 青ねぎ みそ うどん 白菜 青ねぎ
2回食						
27日 (土)	つぶしがゆ 冬瓜ペースト	米 冬瓜 片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 人参 玉ねぎ 鶏肉 冬瓜 チンゲンサイ 赤ピーマン 片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 人参 玉ねぎ 鶏肉 冬瓜 チンゲンサイ 赤ピーマン 片栗粉
2回食						
28日 (日)			ポテトマッシュ	ポテト	ポテトマッシュ	ポテト

令和7年度



12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
12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日
カルシウムせんべい (小麦)	玄米棒	おさつどきっ	カルシウムせんべい (小麦)	ぽたぽた焼き (小麦)	はちゃ棒
12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日
カルシウムせんべい (小麦)	玄米棒	おさつどきっ	カルシウムせんべい (小麦)	ぽたぽた焼き (小麦)	はちゃ棒
12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日
カルシウムせんべい (小麦)	玄米棒	おさつどきっ	カルシウムせんべい (小麦)	ぽたぽた焼き (小麦)	はちゃ棒
12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日
カルシウムせんべい (小麦)	玄米棒	おさつどきっ	カルシウムせんべい (小麦)	ぽたぽた焼き (小麦)	はちゃ棒

※材料その他の都合により変更することがあります。

※原材料に卵は使用していません。

※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※アレルギーの場合、2歳以上は「はちゃ棒」
「玄米棒」「おさつどき」、