## 9月給食献立表



#### 那覇市こども教育保育課 みらいこども園

					+4.01 : 40.4	+1.7 at 1 (a)	かりいことも国	
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 からだやおなかのちょうしをととの	
					からだをつくるもと	エネルギーやちからのもと	えるもと	
					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	
				玄米ご飯	防災の日	米 発芽玄米		
	_			チキンカレー	鶏肉	ポテト アレルゲンフリーカレー	玉ねぎ 人参	
1	月	牛乳	給食	切干大根の甘酢和え		ルー 米粉 ケチャップ 	切干大根 人参 きゅうり	
				春雨スープ		春雨	わかめ	
				手作りぶどうゼリー		ぶどうジュース	寒天 パイン	
				<del>チ作りがこうセリー</del> バナナ(1~2歳児のみ)		ふとうシュース	巻大   ハイフ	
			173	きびご飯		米 もちきび	, , , ,	
				肉豆腐	豚肉 豆腐		白菜 もやし 長ねぎ 人参 えの	
2	水	#乳	給食				きたけ こんにゃく	
				ゆかり札え	ツナ	_e_,	大根 きゅうり ゆかり	
				じゃがいものみそ汁 オレンジ	みそ	ポテト	わかめ えのきたけ オレンジ	
				タンプ 手作り黒糖レーズン蒸しパン		小麦粉 黒糖	レーズン	
				オレンジ(1~2歳児のみ)	75.10		オレンジ	
				夏野菜スパゲティ	豚肉	スパゲッティ ケチャップ 片栗粉	玉ねぎ なす 人参 トマト 赤ピー	
				<b>支封米へバナナ</b> 1	DANA	スパクラティー ケアドラフ 月来初	マン 黄ピーマン にんにく	
3	水	麦茶	給食	かぼちゃサラダ		ポテト 卵なしマヨネーズ	かぼちゃ 玉ねぎ 人参	
				冬瓜と青菜のスープ			冬瓜 小松菜 えのきたけ	
				T /- 11 do do 14 do 15 d		312	4-4-14	
$\vdash$				手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ)		米 ハイハイン	わかめ	
			刊		>" > c+F==+3		ジューシーの素[人参・ごぼう・たけ	
		abla		ウンケージューシー	ジューシーの素[豚肉] 	米   <b>旧盆(ウンケー)</b>	のこ・しいたけ・ひじき]	
_	_			<b>«Δ</b> Φ	筑前煮	  鶏肉  卵なしちくわ	さといも ****。	ごぼう 大根 こんにゃく しいたけ
4	木	<b>年</b> 乳	柏艮			4	いんげん 人参	
				ゴマ和え ナギノは帰込	7. 2	白ごま	キャベツ 人参 チンゲンサイ	
				もずく味噌汁 	みそ	8	もずく えのきたけ 青ねぎ	
				きな粉みつ芋	きな粉	さつまいも		
		<b>年乳</b>	别	ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 玄米ご飯		アンパンマンベビーせんべい 米 発芽玄米		
				さばの塩焼き	さば	210 2021 2271		
5	金		給食	ひじきサラダ	  鶏肉  枝豆		ひじき キャベツ 人参 きゅうり	
				すまし汁	, , ,		冬瓜 ごぼう 長ねぎ 人参	
			おやつ	手作りぜんざい	ぜんざい豆	黒糖		
				きびご飯		米 もちきび	人参 玉ねぎ 青ピーマン もやし	
		<b>#</b> 9.	給食	みそ焼肉	豚肉 みそ		にんにく	
6	±			鶏汁	鶏肉 みそ	ポテト	えのきたけ 人参 長ねぎ	
				バナナ		<b>3</b> \$	バナナ	
			+145	コンナコンナ   体 さ 『1歩日】 か レ ご サ / か ! 、		ぽたぽた焼き		
				ぽたぽた焼き 【1歳児】ベビーせんべい		【1歳児】ベビーせんべい		
				ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 玄米ご飯		アンパンマンベビーせんべい 米 発芽玄米		
							白菜 小松菜 玉ねぎ 人参 しょ	
8		=	<b>«Δ</b> Φ	あったか丼	豚肉 厚揚げ	片栗粉	うが	
٥	月	年乳	<b>年乳</b>	和艮	わかめときゅうりのツナ和え	ツナ		わかめ きゅうり
					みそ汁	鶏肉 みそ		大根 青ねぎ えのきたけ
			ナルカつ	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー		オレンジジュース	グレープフルーツ 寒天 みかん	
				デドウオレンフ とり バナナ(1~2歳児のみ)		300001-X	バナナ	
			175	きびご飯		米 もちきび		
				オムレツ	オムレツ[卵]			
9	火	<b>年乳</b>	給食	鶏とポテトのトマト煮	鶏肉	片栗粉 ポテト ケチャップ	玉ねぎ 人参 黄ピーマン にんに く トマト	
				青菜入りコーンスープ	鶏肉	片栗粉	コーン 玉ねぎ チンゲンサイ	
$\vdash$				手作りかぼちゃあずきケーキ オレンジ(1~2歳児のみ)	小豆 豆乳	米粉	かぼちゃ オレンジ	
			#13	玄米ご飯	†	米 発芽玄米		
				タコライス	豚肉 チーズ	カレー粉 ケチャップ 片栗粉	玉ねぎ 人参 トマト にんにく	
10	水	麦茶	給食		א ל ולאואוו		キャベツ	
				ゴーヤーチップス ノギリ 三度のフェブ	(内) 豆腐	片栗粉 米粉	ゴーヤー	
				くずし豆腐のスープ 	ゆし豆腐	片栗粉	しめじ 人参 しょうが 青ねぎ	
	お		おやつ	手作りしらすおかかおにぎり	しらす 糸削り	米 白ごま		



# 9月給食献立表



#### 那覇市こども教育保育課 みらいこども園

		<b>+</b> =	3/#	±4÷-A	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
П	曜日 提供		供	献立名	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
7			朝	ハイハイン(1~2歳児のみ)		ハイハイン	7.00
11			77,3	きびご飯		米 もちきび	
				白身魚の西京焼き	ホキ みそ	片栗粉	
	木	牛乳	給食	豚肉と昆布の炒め煮	豚肉	片栗粉 ごま油	しょうが 人参 青ピーマン 昆布
				すまし汁	油あげ		大根 山東菜
			+145			N/ W/	
+			朝	手作り米粉のバナナパン ベビーせんべい(1~2歳児のみ)	豆乳	米粉 アンパンマンベビーせんべい	バナナ レモン
			+/J	玄米ご飯		米発芽玄米	
				豆腐チャンプルー	豚肉 厚揚げ		人参 キャベツ パクチョイ
2	金	#A.	給食	磯香和え	しらす		キャベツ 人参 小松菜 海苔
	ж	السال	和山及	みそ汁	みそ		へちま しいたけ えのきたけ 青
							ねぎ
			おやつ	バナナ 焼きポテトスティック		ポテト	バナナ
			0) (-)	きびご飯		米 もちきび	
				チャプチェ風丼	  豚肉	-   春雨 白ごま ごま油	人参 玉ねぎ 青ピーマン にんに
		$rac{1}{2}$	<u>&amp;</u>	/ トノノ エ/スルアT	ואארא	ゴロ ロしゅ この山	く しょうが
3	±	#乳	給食	具だくさんスープ	鶏肉		小松菜 玉ねぎ えのきたけ 長ね
							ぎ
				オレンジ 			オレンジ
4			おやつ	やわらかおかき		やわらかおかき	
15	В				敬老の		
٦	ח				以化り	H	
7			朝	バナナ(1~2歳児のみ)			バナナ
				きびご飯		米 もちきび	
	火	<b>年</b> 乳		肉豆腐	豚肉 豆腐		白菜 もやし 長ねぎ 人参 えの
6			給食	ゆかり和え	ツナ		きたけ こんにゃく 大根 きゅうり ゆかり
Ĭ				プル・グオロス	コンナ		
	^					<b>→</b> 0− 1	
	^			じゃがいものみそ汁	みそ	ポテト	わかめ えのきたけ
	^			じゃがいものみそ汁 オレンジ	みそ		わかめ えのきたけ
	^		おやつ	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン		ポテト 小麦粉 黒糖	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン
$\frac{1}{1}$			おやつ	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ)	みそ 豆乳	小麦粉 黒糖	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ
			おやつ朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華	みそ	小麦粉 黒糖 中華めん	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参
7			おやつ朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら	みそ 豆乳	小麦粉 黒糖	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ]
7			おやつ朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華	みそ 豆乳	小麦粉 黒糖 中華めん	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参
7			おやつ 朝 給食	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり	みそ 豆乳	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ]
7			おやつ 朝 給食	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ)	みそ 豆乳	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  米 ハイハイン	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ
7			おやつ 朝 給食	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯	みそ 豆乳 卵	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ
	水	麦茶	おやつ 朝 給食 おやつ 朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮	みそ 豆乳	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  米 ハイハイン	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ
	水	麦茶	おやつ 朝 給食	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮	みそ 豆乳 卵	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ
	水	麦茶	おやつ 朝 給食 おやつ 朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮	みそ 豆乳 卵	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  米 ハイハイン 米 もちきび さといも	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ
	水	麦茶	おやつ朝給食	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁	みそ         豆乳         卵         鶏肉 卵なしちくわ         みそ	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  米 ハイハイン 米 もちきび さといも 白ごま	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ
	水	麦茶	おやつ 朝 給食 おやつ 朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え	みそ         豆乳         卵         鶏肉 卵なしちくわ	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  米 ハイハイン 米 もちきび さといも	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ
	水	麦茶	おやつ 朝 給食 おやつ 朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁	みそ         豆乳         卵         鶏肉 卵なしちくわ         みそ	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン 米 もちきび さといも 白ごま  さつまいも	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたにいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ
	水	麦茶	おやつ 朝 給食 おやつ 朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ)	みそ       豆乳       卵       鶏肉 卵なしちくわ       みそ       きな粉	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたにいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ
8	水木	麦茶	おやつ朝給食が朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ	みそ         豆乳         卵         鶏肉 卵なしちくわ         みそ         きな粉         みそ ツナ 糸削り	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒米	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ
8	水	麦茶 年乳	おやつ 朝 給食 おやつ 朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー	みそ     豆乳  卵  鶏肉 卵なしちくわ  みそ  きな粉  みそ ツナ 糸削り ささみカツ[ささみ・大豆粉]  豚肉 卵なしちくわ 油あげ	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒米 ささみカツ[パン粉・小麦粉]	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ
8	水木	麦茶	おやつ朝給食が朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ  手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ  手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ	みそ     豆乳     卵     鶏肉 卵なしちくわ     みそ     きな粉     みそ ツナ 糸削り     ささみカツ[ささみ・大豆粉]	小麦粉 黒糖 中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒米 ささみカツ[パン粉・小麦粉]	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけ いんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ
8	水木	麦茶	おや可能を対する。おかのでは、おかのでは、おかのでは、おかのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、これが、おからのでは、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー シカムドゥチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ	みそ     豆乳  卵  鶏肉 卵なしちくわ  みそ  きな粉  みそ ツナ 糸削り ささみカツ[ささみ・大豆粉]  豚肉 卵なしちくわ 油あげ	小麦粉 黒糖  中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※  ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒米 ささみカツ[パン粉・小麦粉]  ♪誕生会♪ カットロールケーキ	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ 【1歳児】バナナ
8	水木	麦茶	おや可能を対する。おかのでは、おかのでは、おかのでは、おかのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー シカムドゥチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ バナナ【1歳児】米粉カップケーキ	みそ     豆乳  卵  鶏肉 卵なしちくわ  みそ  きな粉  みそ ツナ 糸削り ささみカツ[ささみ・大豆粉]  豚肉 卵なしちくわ 油あげ	小麦粉 黒糖  中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒※ ささみカツ[パン粉・小麦粉]  ♪誕生会♪ カットロールケーキ 【1歳児】米粉カップケーキ	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけ いんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ
8	水木	麦茶	おや可能を対する。おかのでは、おかのでは、おかのでは、おかのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー シカムドゥチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ バナナ【1歳児】米粉カップケーキ きびご飯	みそ     豆乳     卵     卵     鶏肉 卵なしちくわ     みそ     きな粉     みそ ツナ 糸削り     ささみカツ[ささみ・大豆粉]     豚肉 卵なしちくわ 油あげ     豚肉 卵なし白かまぼこ	小麦粉 黒糖  中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※  ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒米 ささみカツ[パン粉・小麦粉]  ♪誕生会♪ カットロールケーキ	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ 【1歳児】バナナ
8	水木	麦茶	おが朝 給 お朝 給 おず朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー シカムドゥチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ バナナ【1歳児】米粉カップケーキ	みそ     豆乳  卵  鶏肉 卵なしちくわ  みそ  きな粉  みそ ツナ 糸削り ささみカツ[ささみ・大豆粉]  豚肉 卵なしちくわ 油あげ	小麦粉 黒糖  中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒※ ささみカツ[パン粉・小麦粉]  ♪誕生会♪ カットロールケーキ 【1歳児】米粉カップケーキ	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけ いんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ 【1歳児】バナナ
9	水木	<b>麦</b> 茶	おや可能を対する。おかのでは、おかのでは、おかのでは、おかのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、おからのでは、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー シカムドゥチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ バナナ【1歳児】米粉カップケーキ きびご飯	みそ     豆乳     卵     卵     鶏肉 卵なしちくわ     みそ     きな粉     みそ ツナ 糸削り     ささみカツ[ささみ・大豆粉]     豚肉 卵なしちくわ 油あげ     豚肉 卵なし白かまぼこ	小麦粉 黒糖  中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒※ ささみカツ[パン粉・小麦粉]  ♪誕生会♪ カットロールケーキ 【1歳児】米粉カップケーキ	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけ いんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ 【1歳児】バナナ バナナ
9	水 木 金	<b>麦</b> 茶	おが朝 給 お朝 給 おず朝	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー シカムドゥチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ バナナ【1歳児】米粉カップケーキ きびご飯 みそ焼肉	カそ     豆乳     卵     卵     鶏肉 卵なしちくわ     みそ     きな粉     みそ ツナ 糸削り     ささみカツ[ささみ・大豆粉]     豚肉 卵なしちくわ 油あげ     豚肉 卵なし白かまぼこ	小麦粉 黒糖  中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒※ ささみカツ[パン粉・小麦粉] ♪誕生会♪ カットロールケーキ 【1歳児】※粉カップケーキ ※ もちきび	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけいんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ 【1歳児】バナナ バナナ
19	水 木 金	<b>麦</b> 茶	おや朝給が朝命給かり朝命をおります。	じゃがいものみそ汁 オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン オレンジ(1~2歳児のみ) 冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ 手作りわかめおにぎり ハイハイン(1~2歳児のみ) きびご飯 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁 きな粉みつ芋 ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 赤飯・油みそ ささみカツ 千切りイリチー シカムドゥチ カットロールケーキ【1歳児】バナナ バナナ【1歳児】米粉カップケーキ きびご飯 みそ焼肉	カそ     豆乳     卵     卵     鶏肉 卵なしちくわ     みそ     きな粉     みそ ツナ 糸削り     ささみカツ[ささみ・大豆粉]     豚肉 卵なしちくわ 油あげ     豚肉 卵なし白かまぼこ	小麦粉 黒糖  中華めん かぼちゃ天ぷら[小麦粉]  ※ ハイハイン ※ もちきび さといも 白ごま  さつまいも アンパンマンベビーせんべい ※ 黒※ ささみカツ[パン粉・小麦粉] ♪誕生会♪ カットロールケーキ 【1歳児】※粉カップケーキ ※ もちきび	わかめ えのきたけ オレンジ レーズン オレンジ もやし きゅうり 人参 かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ] 冬瓜 小松菜 えのきたけ わかめ ごぼう 大根 こんにゃく しいたけ いんげん 人参 キャベツ 人参 チンゲンサイ もずく えのきたけ 青ねぎ 切干大根 昆布 こんにゃく 人参 こんにゃく 冬瓜 しいたけ 【1歳児】バナナ バナナ 人参 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく えのきたけ 人参 長ねぎ

## 🥙 9月給食献立表



#### 那覇市こども教育保育課 みらいこども園

						<u> </u>	みらいこども園
					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
日日	日 曜日		₽供	献立名			からだやおなかのちょうしをととの
		3,217			からだをつくるもと	エネルギーやちからのもと	えるもと
Ţ			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	
				玄米ご飯		米 発芽玄米	
J						ポテト アレルゲンフリーカレー	
				ポークカレー	豚肉	ルー 米粉 ケチャップ	玉ねぎ 人参 にんにく
22	Ħ	#A.	給食	あっさりピクルス		7642 33 (33	キャベツ きゅうり 人参 レモン
		الت					
				コンソメスープ	鶏肉		白菜 玉ねぎ セロリ
J				オレンジ			オレンジ
			おやつ	手作りぶどうゼリー		ぶどうジュース	寒天 パイン
			**	311 20.0303		1.0.000	277.772
23	火				秋分の	日	
$\dashv$			おりとう	オレンジ(1~2歳児のみ)			オレンジ
			朝			+l 10° -	<b>オレノン</b>
				ホットパン		ホットパン	
J				ミートドッグ	無塩せきウインナー 豚肉	ケチャップ 米粉	玉ねぎ 人参 セロリ トマト パセ
					,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	77 77 71013	り にんにく
24	水	菱茶	給食	こぼうサラダ	ツナ	<b>卵なしマヨネーズ</b>	ごぼう 赤ピーマン きゅうり コー
						がない、コヤーへ	ン
				野菜スープ	鶏肉		キャベツ 人参 玉ねぎ
			おやつ	手作りしらすおかかおにぎり	しらす 糸削り	米 白ごま	
T			朝	ハイハイン(1~2歳児のみ)		ハイハイン	
•				きびご飯		米 もちきび	
1					++ 2.Z	·	
25	*		经合	白身魚の西京焼き	ホキ みそ	片栗粉	
د2	小	##L	和艮	豚肉と昆布の炒め煮	豚肉	片栗粉 ごま油	しょうが 人参 青ピーマン 昆布
J				すまし汁	油あげ		大根 山東菜
J						<b>1</b>	
			おやつ	手作り米粉のバナナパン	豆乳	米粉	バナナ レモン
T			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	
				玄米ご飯		米 発芽玄米	
					医中 原相ば	70727	1 <del>4 + </del>
				豆腐チャンプルー	豚肉厚揚げ		人参 キャベツ パクチョイ
26	金	#乳	給食	磯香和え	しらす		キャベツ 人参 小松菜 海苔
				みそ汁	みそ		へちま しいたけ えのきたけ 青
J					<b>"</b>		ねぎ
J				バナナ			バナナ
J			おやつ	焼きポテトスティック		ポテト	
<del> </del>				きびご飯		米 もちきび	
J						N 0 3 C 0	
I				チャプチェ風丼	豚肉	春雨 白ごま ごま油	人参 玉ねぎ 青ピーマン にんにく しょうが
		=	給食				
27	±	#乳		具だくさんスープ	鶏肉		小松菜 玉ねぎ えのきたけ 長ねぎ
- 1				<del></del>			<u>-</u>
				オレンジ			オレンジ
			おやつ	やわらかおかき		やわらかおかき	
寸				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	<u> </u>
			书刀				
				玄米ご飯		米 発芽玄米	
ı				あったか丼	豚肉 厚揚げ	片栗粉	白菜 小松菜 玉ねぎ 人参 しょ
29		$ \longrightarrow $	<u>&amp;</u>			7 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1	うが
		牛乳	和艮	わかめときゅうりのツナ和え	ツナ		わかめ きゅうり
	73	4-7L   ]			鶏肉 みそ		大根 青ねぎ えのきたけ
	73	+#		みそ汁		Ī	
	73	+71					
	73	+21		グレープフルーツ			グレープフルーツ
	73	+21	おやつ	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー		オレンジジュース	寒天 みかん
	7	+71	おやつ	グレープフルーツ		オレンジジュース	
29	7	+71	おやつ	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー		オレンジジュース 米 もちきび	寒天 みかん
	7	##.	おやつ	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー バナナ(1~2歳児のみ) きびご飯	オムレッ「飼」		寒天 みかん
			おやつ朝	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー バナナ(1~2歳児のみ) きびご飯 オムレツ	オムレツ[卵]	米 もちきび	寒天 みかん バナナ
			おやつ朝	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー バナナ(1~2歳児のみ) きびご飯 オムレツ	オムレツ[卵] 鶏肉		寒天 みかん バナナ 玉ねぎ 人参 黄ピーマン にんに
30			おやつ朝	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー バナナ(1~2歳児のみ) きびご飯 オムレツ 鶏とポテトのトマト煮	鶏肉	米 もちきび 片栗粉 ポテト ケチャップ	寒天 みかん パナナ 玉ねぎ 人参 黄ピーマン にんに く トマト
			おやつ朝	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー バナナ(1~2歳児のみ) きびご飯 オムレツ		米 もちきび	寒天 みかん バナナ 玉ねぎ 人参 黄ピーマン にんに
			朝給食	グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー バナナ(1~2歳児のみ) きびご飯 オムレツ 鶏とポテトのトマト煮	鶏肉	米 もちきび 片栗粉 ポテト ケチャップ	寒天 みかん パナナ 玉ねぎ 人参 黄ピーマン にんに く トマト

※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

### 離乳食対応

#### 調味料

#### 肉 類

### 豆 腐

**–** –

【初期】なし 【初期】水

【初期】なし

【中期】水・だし・しょうゆ・みそ 【後期】水・だし・しょうゆ・みそ 【中期】鶏肉:鶏ささみ 【後期】鶏肉:鶏ささみ/豚肉:豚もも肉

【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もあります。



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

おねがい

	初	]期	4	期	後期 歯ぐきでつぶせる固さ		
1	なめらかに:	つぶした状態	舌でつふ	である			
1 1	献立名	主な食材	献立名	主な食材	献立名	主な食材	
1 🗆	1311111	米	おかゆ	米	軟飯	米	
. —		ポテト		木 人参 ポテト 片栗粉	秋	人参 ポテト	
(H)	<b>ルチドハースド</b>	ハブト		:	鶏肉と玉ねぎの煮物		
		<u> </u>	鶏肉と玉ねぎの煮物 春雨スープ	鶏肉 玉ねぎ 片栗粉		鶏肉 玉ねぎ 片栗粉	
054				春雨 トマト	春雨スープ	春雨 トマト	
2回食	+ e + e + e + e + e + e + e + e +	N/		米 トマト 玉ねぎ	おじや	米 トマト 玉ねぎ	
		米		米	軟飯	*	
(火)	白菜ペースト	白菜 片栗粉		豆腐 白菜 片栗粉	肉豆腐風	豚肉 豆腐 人参	
		<u> </u>	大根ときゅうりの煮物	大根 きゅうり 片栗粉	大根ときゅうりの煮物	大根 きゅうり 片栗粉	
			みそ汁	ポテト 長ねぎ みそ	みそ汁	ポテト 長ねぎ みそ	
2回食		114		米 白菜 人参	おじや	米 白菜 人参	
		米		米 ************************************	軟飯	*	
(水)	かぼちゃペースト	かはちゃ		鶏肉なす、片栗粉	鶏肉となすの炒め煮	鶏肉なす	
		<u> </u>	かぼちゃと玉ねぎの煮物	かぼちゃ 玉ねぎ 片栗粉	かぽちゃと玉ねぎの煮物	かぼちゃ 玉ねぎ 片栗粉	
ļ <u></u>	<b></b>	į	野菜スープ	小松菜 冬瓜	野菜スープ	小松菜 冬瓜	
2回食			煮込みうどん	うどん 黄ピーマン 小松菜	煮込みうどん	うどん 黄ピーマン 小松菜	
		米	おかゆ	<b>米</b>	軟飯	*	
(木)	キャベツペースト	キャベツ 片栗粉		人参 チンゲンサイ 片栗粉	人参とチンゲン菜の炒め煮	人参 チンゲンサイ	
		į l		鶏肉 キャベツ 片栗粉	鶏肉とキャベツの煮物	鶏肉 キャベツ 片栗粉	
<u>[</u> ]		<u>[</u>	すまし汁	大根 青ねぎ	すまし汁	大根 青ねぎ	
2回食				米 大根 チンゲンサイ	おじや	米 大根 チンゲンサイ	
	つぶしがゆ	米	おかゆ	*	軟飯	*	
(金)	冬瓜ペースト	冬瓜 片栗粉	マチときゅうりのそぼろ煮	マチ きゅうり 片栗粉	カジキの野菜あんかけ	メカジキ 片栗粉 きゅうり	
		<u> </u>	キャベツと人参の煮物	キャベツ 人参	キャベツと人参の煮物	キャベツ 人参	
			野菜スープ	長ねぎ 冬瓜	野菜スープ	長ねぎ 冬瓜	
2回食				米 冬瓜 キャベツ	おじや	米 冬瓜 キャベツ	
	つぶしがゆ	米		米 人参 長ねぎ	野菜入りおじや	米 人参 長ねぎ	
		人参 片栗粉		鶏肉 玉ねぎ 青ピーマン ポテト 片栗粉	鶏肉と野菜の煮物	鶏肉 玉ねぎ 青ピーマン ポテト 片栗粉	
`			1.5, 5 = -5.11. 5 1				
2回食				ポテト	ポテトマッシュ	ポテト	
		米		米	軟飯	米	
(月)	白菜ペースト	白菜 片栗粉		豆腐 片栗粉	豆腐と小松菜の炒め煮	豆腐 小松菜	
				白菜 きゅうり 片栗粉	白菜ときゅうりの煮物	白菜 きゅうり 片栗粉	
ļ <u></u>			みそ汁	大根 青ねぎ みそ	みそ汁	大根 青ねぎ みそ	
2回食				米 人参 小松菜	おじや	米 人参 小松菜	
		米		*	軟飯	*	
(火)	チンゲン菜ペースト	チンゲンサイ 片栗粉	ポテトと黄ピーマンのそぼろ煮	i	ポテト・黄ピーマンのスティック	ポテト 黄ピーマン	
				鶏肉 人参 片栗粉	鶏肉と人参の煮物	鶏肉 人参 片栗粉	
		<b>.</b>	野菜スープ	玉ねぎ チンゲンサイ	野菜スープ	玉ねぎ チンゲンサイ	
2回食				米 ポテト 黄ピーマン	おじや	米 ポテト 黄ピーマン	
		米	おかゆ	米	軟飯	*	
(水)	キャベツペースト	キャベツ 片栗粉		鶏肉 玉ねぎ 片栗粉	キャベツ入りハンバーグ	豚肉 玉ねぎ キャベツ 片栗粉	
		<u> </u>		人参	人参シリシリー煮	人参	
<u> </u>			ゆし豆腐	ゆし豆腐 青ねぎ	ゆし豆腐	ゆし豆腐 青ねぎ	
2回食				米 キャベツ 玉ねぎ	おじや	米 キャベツ 玉ねぎ	
11日	つぶしがゆ	米	おかゆ	*	軟飯	*	
(木)	山東菜ペースト	山東菜 片栗粉	マチのそぼろ煮	マチ 片栗粉	カジキの照り焼き	メカジキ 片栗粉	
		į l	人参と青ピーマンの煮物	人参 青ピーマン 片栗粉	人参と青ピーマンの煮物	人参 青ピーマン 片栗粉	
		<u> </u>	すまし汁	大根 山東菜	すまし汁	大根 山東菜	
2回食			おじや	米 大根 人参	おじや	米 大根 人参	
	つぶしがゆ	米		*	軟飯	米	
	パクチョイペースト	E	しらすとキャベツのそぼろ煮	しらす キャベツ 片栗粉	しらすとキャベツの炒め煮	しらす キャベツ	
			人参と小松菜の煮物	人参 小松菜 片栗粉	人参と小松菜の煮物	人参 小松菜 片栗粉	
		<u> </u>	みそ汁	パクチョイ 青ねぎ みそ	みそ汁	パクチョイ 青ねぎ みそ	
2回食				米 キャベツ 小松菜	おじや	米 キャベツ 小松菜	
	つぶしがゆ	<b>米</b>		米 玉ねぎ 小松菜	野菜入りおじや	米 玉ねぎ 小松菜	
		木 小松菜 片栗粉	鶏肉と野菜の煮物	木 玉1d C ハ1仏米 鶏肉 青ピーマン 長ねぎ 人参 片栗粉	野菜へりおした	寒肉 青ピーマン 長ねぎ 人参 片栗粉	
()	がA米ベースト	7月本 月末初	畑心にお木の黒彻	제pg 月しニャノ 文(dc) 八多 月業初	たった 大同の に対策の 京初	利に マン 文はC 八岁 月末初	
		! I		<u> </u>		1	
ļ	\	·		<u> </u>			
2回食			バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	

## 離乳食献立表

那覇市こども教育保育課

15⊟			•			•		
(月)				敬老の日	敬老の日			
	-							
2回食								
		<b>米</b>	おかゆ	米	軟飯	米		
(火)	白菜ペースト	白菜 片栗粉		豆腐(白菜)片栗粉	肉豆腐風	豚肉 豆腐 人参 大根 きゅうり 片栗粉		
			大根ときゅうりの煮物 みそ汁	大根 きゅうり 片栗粉 ポテト 長ねぎ みそ	大根ときゅうりの煮物みそ汁	パト 長ねぎ みそ		
2回食				米白菜人参	おじや	米白菜人参		
	つぶしがゆ	*	おかゆ	<b>米</b>	軟飯	*		
(水)	小松菜ペースト	小松菜 片栗粉	納豆 人参とポテトのそぼろ煮	納豆 人参 ポテト 片栗粉	納豆 人参・ポテトスティック	納豆 人参 ポテト		
				かぽちゃ きゅうり 片栗粉	かぼちゃときゅうりの煮物	かぽちゃ きゅうり 片栗粉		
			すまし汁	冬瓜 小松菜	すまし汁	冬瓜   小松菜		
2回食	つぶしがゆ	米	煮込みうどん おかゆ	うどん 人参 きゅうり 米	煮込みうどん 軟飯	うどん 人参 きゅうり 米		
	キャベツペースト			へ 人参 チンゲンサイ 片栗粉	人参とチンゲン菜の炒め煮	へ 人参 チンゲンサイ		
(213)	11 12 1 711	1 ( 12 )12(1)2	鶏肉とキャベツの煮物	鶏肉 キャベツ 片栗粉	鶏肉とキャベツの煮物	鶏肉 キャベツ 片栗粉		
			すまし汁	大根 青ねぎ	すまし汁	大根 青ねぎ		
2回食			おじや	米 大根 チンゲンサイ	おじや	米 大根 チンゲンサイ		
		*	おかゆ	*	軟飯	*		
(金)	冬瓜ペースト	冬瓜 片栗粉	鶏肉のそぼろ煮	鶏肉 片栗粉	豚肉と切干大根の炒め煮	豚肉 切干大根		
			人参シリシリー煮	人参	人参シリシリー煮	大参 李丽 夕瓜		
2回食			春雨スープ キャロット寒天	春雨 冬瓜 人参 アップルジュース 寒天	春雨スープ キャロット寒天	春雨 冬瓜		
-	つぶしがゆ	米	野菜入りおじや	米 人参 長ねぎ	野菜入りおじや	人参 アッブルジュース 寒天 米 人参 長ねぎ		
		 人参 片栗粉	鶏肉と野菜の煮物	鶏肉 玉ねぎ 青ピーマン ポテト 片栗粉	鶏肉と野菜の煮物	鶏肉 玉ねぎ 青ピーマン ポテト 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		
-	つぶしがゆ	*	おかゆ	<b>米</b>	軟飯	*		
(月)	白菜ペースト	白菜 片栗粉	鶏肉とキャベツのそぼろ煮	鶏肉 キャベツ 片栗粉	鶏肉とキャベツの炒め煮	鶏肉 キャベツ		
			人参ときゅうりの煮物	人参 きゅうり 片栗粉	人参ときゅうりの煮物	人参 きゅうり 片栗粉		
			野菜スープ	玉ねぎ 白菜	野菜スープ	玉ねぎ 白菜		
2回食			おじや	米 キャベツ 白菜	おじや	米キャベツ白菜		
(火)				秋分の日				
				ダカジロ				
2回食	つぶしがゆ	*	おかゆ	<b>米</b>	軟飯	米		
	キャベツペースト			: ·	************************************	へ きゅうり 赤ピーマン		
(/3 //	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	鶏肉と玉ねぎの煮物	鶏肉 玉ねぎ 片栗粉	鶏肉と玉ねぎの煮物	鶏肉 玉ねぎ 片栗粉		
			野菜スープ	キャベツ 人参	野菜スープ	キャベツ 人参		
2回食			おじや	米 玉ねぎ 赤ピーマン	おじや	米 玉ねぎ 赤ピーマン		
		米	おかゆ	米	軟飯	米 (大学) (大変)		
(木)	山東菜ペースト	山果采 片架粉	マチのそぼろ煮 人参と青ピーマンの煮物	マチ 片栗粉 人参 青ピーマン 片栗粉	カジキの照り焼き 人参と青ピーマンの煮物	メカジキ 片栗粉 人参 青ピーマン 片栗粉		
			大多と育ヒーマンの無物 すまし汁	大参 月ローマン 万米初 大根 山東菜	大多と肩ヒーマンの無物   すまし汁	大根 山東菜		
2回食			おじや	米 大根 人参	おじや	米 大根 人参		
	つぶしがゆ	米	おかゆ	<b>*</b>	軟飯	*		
(金)	パクチョイペースト	パクチョイ 片栗粉	しらすとキャベツのそぼろ煮	しらす キャベツ 片栗粉	しらすとキャベツの炒め煮	しらす キャベツ		
			人参と小松菜の煮物	人参 小松菜 片栗粉	人参と小松菜の煮物	人参 小松菜 片栗粉		
			みそ汁	パクチョイ 青ねぎ みそ	みそ汁	パクチョイ 青ねぎ みそ		
2回食	7.771 +814	MZ	おじや	米 キャベツ 小松菜	おじや	米 キャベツ 小松菜		
	つぶしがゆ 小松菜ペースト	米 小松菜 片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 玉ねぎ 小松菜 鶏肉 青ピーマン 長ねぎ 人参 片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米 玉ねぎ 小松菜 鶏肉 青ピーマン 長ねぎ 人参 片栗粉		
(土)	JAAN AI	·J·14本 八木忉	スピアコーエンオマノボイグ		AUDI というできます。	Augury 同し (ノ 及1なC 八岁 月末例		
			/*++	/×++	//	: //		
2回食	つぶしがゆ	米	バナナ おかゆ	バナナ 米	軟飯	バナナ 米		
		元 白菜 片栗粉	豆腐のそぼろ煮	豆腐 片栗粉	豆腐と小松菜の炒め煮	豆腐 小松菜		
			白菜ときゅうりの煮物	白菜 きゅうり 片栗粉	白菜ときゅうりの煮物	白菜 きゅうり 片栗粉		
2回食			みそ汁 おじや	大根 青ねぎ みそ 米 人参 小松菜	みそ汁 おじや	大根 青ねぎ みそ 米 人参 小松菜		
	つぶしがゆ	米	おかゆ	米	軟飯	**		
(火)	チンゲン菜ペースト	チンゲンサイ 片栗粉	ポテトと黄ピーマンのそぼろ煮	ポテト 黄ピーマン 片栗粉	ポテト・黄ピーマンのスティック	ポテト 黄ピーマン		
			鶏肉と人参の煮物	鶏肉 人参 片栗粉	鶏肉と人参の煮物	鶏肉 人参 片栗粉		
			野菜スープ	玉ねぎ チンゲンサイ	野菜スープ	玉ねぎ チンゲンサイ		
2回食			おじや	米 ボテト 黄ピーマン	おじや	米 ボテト 黄ビーマン		



### 9 月 アレルギー食 予定献立表

那覇市こども教育保育課みらいこども関

表示義務 (特定原材料) 8品目 卵・乳・小麦・えび・かに・そば・茶花生(ピーナッツ)・くるみ その他(みらい) 山芋・パナナ・パイン ※天候その他の都合により変更する場合があります。 アレルギー食 献立名 基本献立 給食対応  $\Box$ Н 供 献立名 材料名 卵 牛乳 バナナ・パイン 小麦 山芋 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 胡 玄米ご飯 米 発芽玄米 鶏肉 玉ねぎ ポテト 人参 アレルゲンフリーカ レールー 米粉 ケチャップ チキンカレー 月 1 給食 切干大根の甘酢和え 切干大根 人参 きゅうり 春雨スープ 春雨 わかめ 手作りぶどうゼリー 寒天 ぶどうジュース <u>パイン</u> パイン除去 おやつ バナナ(1~2歳児のみ) バナナ ハイハイン 朝 米 もちきび きびご飾 豚肉  $\frac{豆腐(大豆)}{2000}$  白菜 もやし 長ねぎ 人参えのきたけ こんにゃく 肉豆腐 給食 ゆかり和え 大根 きゅうり ツナ(魚・大豆) ゆかり 2 火 じゃがいものみそ汁 ポテト わかめ えのきたけ <u>みそ(大豆)</u> 手作り黒糖レーズン蒸しパン <u>小麦粉</u> 黒糖 <u>豆乳(大豆)</u> レーズン 手作り米粉黒糖 オレンジ(1~2歳児のみ) オレンジ 朝 Z/パゲッティ(小麦) 豚肉 玉ねぎ なす 人参トマト 赤ピーマン 黄ピーマン ケチャップ にんにく 片栗粉 夏野菜スパゲティ 春雨又はビーフン かぼちゃ ポテト 玉ねぎ 人参 卵なしマヨネーズ 給食 かぼちゃサラダ 3 лk 冬瓜と青菜のスープ 冬瓜 小松菜 えのきたけ 手作りわかめおにぎり 米 わかめ おやつ ハイハイン ハイハイン(1~2歳児のみ) 朝 \*\* <u>ジューシーの素</u>(人参・ごぼう・たけのこ・しいたけ、豚肉・ひじき) <u>(大豆)</u> ウンケージューシー 鶏肉 ごぼう さといも 大根 こんにゃく <u>卵なし</u> <u>ちくわ(魚)</u> しいたけ いんげん 人参 筑前煮 給食 4 木 ゴマ和え キャベツ 人参 チンゲンサイ <u>白ごま</u> もずく味噌汁 もずく えのきたけ 青ねぎ <u>みそ(大豆)</u> きな粉みつ芋 さつまいも きな粉 (大豆) おやつ 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 朝 玄米ご飯 米 発芽玄米 さばの塩焼き さば (魚) 5 金 給食 ひじきサラダ ひじき キャベツ 人参 きゅうり 鶏肉 コーン 冬瓜 ごぼう 長ねぎ 人参 鶏肉 すまし汁 手作りぜんざい ぜんざい豆 黒糖 おやつ き7パブ筋 米 もちきび みそ焼肉 豚肉 人参 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく 給食 鶏汁 鶏肉 えのきたけ ポテト 人参 長ねぎ みそ(大 6 Τ バナナ オレンジ ぽたぽた焼き 【1歳児】ベビーせんべい おやつ <u> 【1歳児】ベビーせんべい</u> 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 朝 玄米ご飯 米 発芽玄米 あったか丼 豚肉 白菜 小松菜 玉ねぎ 人参 <u>厚揚げ(大豆)</u> しょうが 片栗粉 給食 月 8 わかめ きゅうり <u>ツナ(魚・大豆)</u> わかめときゅうりのツナ和え 鶏肉 大根 青ねぎ えのきたけ <u>みそ(大豆)</u> みそ汁 グレープフルーツ グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー 寒天 オレンジジュース みかん バナナ(1~2歳児のみ) バナナ ハイハイン 朝 きびご飯 米 もちきび 手作りハンバーグ オムレツ オムレツ[卵] (大豆) 給食 鶏肉 片栗粉 玉ねぎ ポテト 人参 黄ピーマン にんにく トマト ケチャップ 9 火 鶏とポテトのトマト煮 鶏肉 コーン 玉ねぎ チンゲンサイ 片栗粉 青菜入りコーンスープ 米粉 かぼちゃ 小豆 豆乳(大豆) かぼちゃあずきケーキ オレンジ(1~2歳児のみ) オレンジ 朝 玄米ご飯 米 発芽玄米 豚肉 玉ねぎ 人参 トマト にんにく カレー粉 ケチャップ 片栗粉 キャベツ  $\frac{{\mathcal F}-{\mathcal I}}{{\mathcal F}-{\mathcal F}}$ タコライス チーズ除去 10 水 給食 ゴーヤーチップス ゴーヤー 片栗粉 米粉 - ・ / 1本が 本初 <mark>ゆし豆腐(大豆)</mark> しめじ 人参 しょうが 青ねぎ 片栗粉 くずし豆腐のスープ 手作りしらすおかかおにぎり 米 しらす(魚) 糸削り(魚) 白ごま





#### 9 月 アレルギー食 予定献立表



那覇市こども教育保育課 みらいこども園

※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) 8品目 その他(みらい) 卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生(ピーナッツ)・くるみ 山芋・パナナ・パイン ※天候その他の都合により変更する場合があります。 アレルギー食 献立名 基本献立 給食対応 献立名 材料名 DO. 牛乳 小麦 山羊 バナナ・パイン ハイハイン ハイハイン(1~2歳児のみ) 郋 きびご飯 米 もちきび 白身魚の西京焼き <u>ホキ(魚)</u> 片栗粉 <u>みそ(大豆)</u> 給食 11 木 豚肉と昆布の炒め煮 豚肉 しょうが 片栗粉 人参 青ピーマン 昆布 すまし汁 \_\_\_\_ 大根 山東菜 <u>油あげ(大豆)</u> 手作り米粉のバナナパン <u>バナナ</u> レモン 米粉 <u>豆乳(大豆)</u> バナナ除去 おやつ アンパンマンベビーせんべい ベビーせんべい(1~2歳児のみ) 朝 玄米ご飯 米 発芽玄米 豆腐チャンプルー 豚肉 厚揚げ(大豆) 人参 キャベツ パクチョイ キャベツ 人参 小松菜 <u>しらす(魚)</u> 海苔 磯香和え 12 金 給食 へちま しいたけ えのきたけ 青ねぎ <u>みそ(大</u> バナナ バナナ オレンジ ポテト 焼きポテトスティック おやつ きびご飯 米 もちきび 豚肉 春雨 人参 玉ねぎ 青ピーマン <u>白ごま</u> <u>ご</u> <u>ま油</u> にんにく しょうが チャプチェ風丼 給食 鶏肉 小松菜 玉ねぎ えのきたけ 長ねぎ 具だくさんスープ 13 土 オレンジ オレンジ やわらかおかき やわらかおかき(大豆) おやつ 15 月 敬老の日 バナナ(1~2歳児のみ) 蓢 きびご飯 米 もちきび 肉豆腐 豚肉  $\frac{豆腐(大豆)}{2000}$  白菜 もやし 長ねぎ 人参えのきたけ こんにゃく 大根 きゅうり <u>ツナ (魚・大豆)</u> ゆかり 16 火 給食 ゆかり和え ポテト わかめ えのきたけ <u>みそ(大豆)</u> じゃがいものみそ汁 オレンジ オレンジ 手作り黒糖レーズン蒸しパン 手作り米粉黒糖 レーズン蒸しパン <u>小麦粉</u> 黒糖 <u>豆乳(大豆)</u> レーズン おやつ オレンジ(1~2歳児のみ) オレンジ 蓢 冷やし中華 めん(小麦・ごま油・大豆) もやし きゅうり 卵除去 卵 冷やし中華スープ(ごま油・大豆) 春雨又はビーフン 手作り米粉かぼ ちゃ天ぷら かぼちゃ天ぷら <u>かぼちゃ天ぷら</u>[かぼちゃ・<u>小麦粉</u>] 17 水 給食 冬瓜と青菜のスープ 冬瓜 小松菜 えのきたけ 手作りわかめおにぎり 米 わかめ おやつ ハイハイン(1~2歳児のみ) ハイハイン 朝 きびご飯 米 もちきび 鶏肉 ごぼう さといも 大根 こんにゃく <u>卵なし</u> <u>ちくわ(魚)</u> しいたけ いんげん 人参 筑前煮 18 木 給食 キャベツ 人参 チンゲンサイ <u>白ごま</u> ゴマ和え もずく味噌汁 もずく えのきたけ 青ねぎ <u>みそ(大豆)</u> さつまいも きな粉(大豆) きな粉みつ芋 おやつ 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 赤飯・油みそ 米<u>\_</u>黒米 <u>みそ(大豆) ツナ(魚・大豆) 糸削り</u> ささみカツ <u>ささみカツ</u>[ささみ・<u>パン粉</u>・<u>小麦粉</u>・<u>大豆粉</u>] 鶏肉の照り焼き 切干大根 昆布 豚肉  $\underline{\mathfrak{M}x}$   $\underline{\mathfrak{S}}$   $\underline{\mathfrak{S}}$  こんにゃく 人参  $\underline{\mathfrak{M}x}$   $\underline{\mathfrak{S}}$ 干切りイリチー 金 給食 19 シカムドゥチ 豚肉 こんにゃく 冬瓜 <u>卵なし白かまぼこ(魚)</u> しいたけ 【1歳児】オレン ジ カットロールケーキ 【1歳児】バナナ <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 <u>バナナ</u> 【1歳児】米粉カップケーキ オレンジ ハフラ 【1歳児】米粉カップケーキ 米 もちきび きびご飯 豚肉 人参 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく みそ (大豆) みそ焼肉 鶏汁 鶏肉 えのきたけ ポテト 人参 長ねぎ みそ(大 給食 20 + バナナ バナナ オレンジ ミニたい焼き(小麦・大豆) ミニたい焼き 玄米棒 おやつ





#### 9 月 アレルギー食 予定献立表

( )

那覇市こども教育保育課 みらいこども園

※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)8品目 その他(みらい) 卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生(ピーナッツ)・くるみ 山芋・パナナ・パイン ※天候その他の都合により変更する場合があります。 アレルギー食 献立名 基本献立 曜日 給食対応  $\Box$ 献立名 材料名 DO. 牛乳 山芋 バナナ・パイン 小麦 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 郋 米 発芽玄米 玄米ご飯 豚肉 玉ねぎ ポテト 人参 にんにく アレルゲン フリーカレールー 米粉 ケチャップ ポークカレー 22 月 給食 あっさりピクルス キャベツ きゅうり 人参 レモン コンソメスープ 鶏肉 白菜 玉ねぎ セロリ オレンジ オレ<u>ンジ</u> 手作りぶどうゼリー 寒天 ぶどうジュース パイン パイン除去 おやつ 23 火 秋分の日 SAR L 53 オレンジ(1~2歳児のみ) オレンジ 朝 ホットパン ごはん ごはん ごはん ホットパン(卵・乳・小麦・大豆) ミートドッグ 無塩せきウインナー 豚肉 玉ねぎ 人参 セドトマト パセリ ケチャップ にんにく 米粉 セロリ 24 水 給食 ごぼうサラダ ごぼう 赤ピーマン きゅうり コーン <u>ツナ(魚・</u> 野菜スープ 鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 米 <u>しらす(魚) 糸削り(魚)</u> 白ごま 手作りしらすおかかおにぎり おやつ ハイハイン(1~2歳児のみ) ハイハイン 蓢 きびご飯 米 もちきび 白身魚の西京焼き <u>ホキ(魚)</u> 片栗粉 <u>みそ(大豆)</u> 豚肉 しょうが 片栗粉 人参 青ピーマン 昆布 25 木 給食 豚肉と昆布の炒め煮 すまし汁 大根 山東菜 <u>油あげ(大豆)</u> 手作り米粉のバナナパン パナナ除去 <u>バナナ</u> レモン 米粉 <u>豆乳(大豆)</u> おやつ 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 朝 玄米ご飯 米 発芽玄米 豆腐チャンプルー 豚肉 厚揚げ(大豆) 人参 キャベツ パクチョイ 磯香和え キャベツ 人参 小松菜 しらす(魚) 海苔 26 金 給食 へちま しいたけ えのきたけ 青ねぎ みそ(大 みそ汁 バナナ 18++ オレンジ 焼きポテトスティック ポテト おやつ きびご飯 米 もちきび 豚肉 春雨 人参 玉ねぎ 青ピーマン <u>白ごま</u> <u>ご</u> <u>ま油</u> にんにく しょうが チャプチェ風丼 給食 具だくさんスープ 鶏肉 小松菜 玉ねぎ えのきたけ 長ねぎ 27 土 オレンジ オレンジ やわらかおかき やわらかおかき(大豆) おやつ 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 朝 玄米ご飯 米 発芽玄米 あったか丼 豚肉 白菜 小松菜 玉ねぎ 人参 <u>厚揚げ(大豆)</u> しょうが 片栗粉 29 月 給食 わかめときゅうりのツナ和え わかめ きゅうり <u>ツナ(魚・大豆)</u> みそ汁 鶏肉 大根 青ねぎ えのきたけ みそ(大豆) グレープフルーツ グレープフルーツ 手作りオレンジゼリー 寒天 オレンジジュース みかん おやつ バナナ(1~2歳児のみ) ハイハイン バナナ 朝 きびご飯 米 もちきび オムレツ[卵](大豆) 手作りハンバーグ オムレツ 鶏とポテトのトマト煮 鶏肉 片栗粉 玉ねぎ ポテト 人参 黄ピーマン にんにく トマト ケチャップ 30 火 給食 青菜入りコーンスープ 鶏肉 コーン 玉ねぎ チンゲンサイ 片栗粉 米粉 かぼちゃ 小豆 豆乳(大豆) 手作りかぼちゃあずきケーキ

9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
9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日
. , , , , , ,					
たべっこベビー	玄米棒	おさつどきっ	カルシウムせんべい	ぽたぽた焼き	はちゃ棒
(小麦)			(小麦)	(小麦)	
9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日
たべっこベビー	玄米棒	おさつどきっ	カルシウムせんべい	ぽたぽた焼き	はちゃ棒
(小麦)			(小麦)	(小麦)	
9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
* * *	玄米棒	おさつどきっ	カルシウムせんべい	ぽたぽた焼き	はちゃ棒
敬老。日			(小麦)	(小麦)	
9月22日	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日
たべっこベビー	玄米棒	おさつどきっ	カルシウムせんべい	ぽたぽた焼き	はちゃ棒
(小麦)			(小麦)	(小麦)	
9月29日	9月30日			※材料その他の都合により変更す	
たべっこベビー	玄米棒			※原材料に卵は使用していません ※調味料由来の小麦・大豆のアレノ いません ※アレルギーの場合、2歳以上は「「玄米棒」「おさつどき」、	レゲン表記はして
(小麦)				・女小伴」のこうことは	