令和7年度

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

日	曜日	提供		献立名	あかのしょくひん からだをつくるもと	きいろのしょくひん エネルギーやちからのもと	みどりのしょくひん からだやおなかのちょうしをととのえるもと
1	月	牛乳	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		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ルー 米粉 ケチャップ	玉ねぎ 人参
				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
			おやつ	手作りぶどうゼリー		ぶどうジュース	寒天 パイン
2	火	牛乳	朝	バナナ(1～2歳児のみ)			バナナ
			給食	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 えのきたけ こんにゃく
				ゆかり和え	ツナ		大根 きゅうり ゆかり
				じゃがいものみそ汁	みそ	ポテト	わかめ えのきたけ
				オレンジ			オレンジ
			おやつ	手作り黒糖レーズン蒸しパン	豆乳	小麦粉 黒糖	レーズン
3	水	麦茶	朝	オレンジ(1～2歳児のみ)			オレンジ
			給食	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 赤ピーマン 黄ピーマン にんにく
				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
			おやつ	手作りわかめおにぎり		米	わかめ
4	木	牛乳	朝	ハイハイン(1～2歳児のみ)		ハイハイン	
			給食	ウンケージューシー	ジューシーの素[豚肉]	米	ジューシーの素[人参・ごぼう・たけのこ・しいたけ・ひじき]
				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 いんげん 人参
				ゴマ和え		白ごま	キャベツ 人参 チンゲンサイ
				もずく味噌汁	みそ		もずく えのきたけ 青ねぎ
			おやつ	きな粉みつ芋	きな粉	さつまいも	
5	金	牛乳	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		米 発芽玄米	
				さばの塩焼き	さば		
				ひじきサラダ	鶏肉 枝豆		ひじき キャベツ 人参 きゅうり コーン
				すまし汁	鶏肉		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	
6	土	牛乳	給食	きびご飯		米 もちきび	
				みそ焼肉	豚肉 みそ		人参 玉ねぎ 青ピーマン もやし にんにく
				鶏汁	鶏肉 みそ	ポテト	えのきたけ 人参 長ねぎ
				バナナ			バナナ
			おやつ	ぽたぽた焼き 【1歳児】ベビーせんべい		ぽたぽた焼き 【1歳児】ベビーせんべい	
8	月	牛乳	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		米 発芽玄米	
				あったか丼	豚肉 厚揚げ	片栗粉	白菜 小松菜 玉ねぎ 人参 しょうが
				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
				グレープフルーツ			グレープフルーツ
			おやつ	手作りオレンジゼリー		オレンジジュース	寒天 みかん
9	火	牛乳	朝	バナナ(1～2歳児のみ)			バナナ
			給食	きびご飯		米 もちきび	
				オムレツ	オムレツ[卵]		
				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
			おやつ	手作りかぼちゃあずきケーキ	小豆 豆乳	米粉	かぼちゃ
10	水	麦茶	朝	オレンジ(1～2歳児のみ)			オレンジ
			給食	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 キャベツ
				ゴーヤーチップス		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	

防災の日

旧盆(ウンケー)

旧盆(ウークイ)

令和7年度

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

日	曜日	提供		献立名	あかのしょくひん からだをつくるもと	きいろのしょくひん エネルギーやちからのもと	みどりのしょくひん からだやおなかのちょうしをととのえるもと
11	木	牛乳	朝	ハイハイン(1～2歳児のみ)		ハイハイン	
			給食	きびご飯		米　もちきび	
				白身魚の西京焼き	ホキ　みそ	片栗粉	
				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
			おやつ	手作り米粉のバナナパン	豆乳	米粉	バナナ　レモン
12	金	牛乳	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		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
				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　青ねぎ
				バナナ			バナナ
			おやつ	焼きポテトスティック		ポテト	
13	土	牛乳	給食	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　にんにく　しょうが
				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
			おやつ	やわらかおかき		やわらかおかき	
15	月	敬老の日					
16	火	牛乳	朝	バナナ(1～2歳児のみ)			バナナ
			給食	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　えのきたけ　こんにゃく
				ゆかり和え	ツナ		大根　きゅうり　ゆかり
				じゃがいものみそ汁	みそ	ポテト	わかめ　えのきたけ
				オレンジ			オレンジ
			おやつ	手作り黒糖レーズン蒸しパン	豆乳	小麦粉　黒糖	レーズン
17	水	麦茶	朝	オレンジ(1～2歳児のみ)			オレンジ
			給食	冷やし中華	卵	中華めん	もやし　きゅうり　人参
				かぼちゃ天ぷら		かぼちゃ天ぷら[小麦粉]	かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ]
				冬瓜と青菜のスープ			冬瓜　小松菜　えのきたけ
			おやつ	手作りわかめおにぎり		米	わかめ
18	木	牛乳	朝	ハイハイン(1～2歳児のみ)		ハイハイン	
			給食	きびご飯		米　もちきび	
				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　いんげん　人参
				ゴマ和え		白ごま	キャベツ　人参　チンゲンサイ
				もずく味噌汁	みそ		もずく　えのきたけ　青ねぎ
			おやつ	きな粉みつ芋	きな粉	さつまいも	
19	金	牛乳	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	みそ　ツナ　糸削り	米　黒米	
				ささみカツ	ささみカツ[ささみ･大豆粉]	ささみカツ[パン粉･小麦粉]	
				千切りイリチー	豚肉　卵なしちくわ　油あげ	♪誕生会♪	切干大根　昆布　こんにゃく　人参
				シカムドゥチ	豚肉　卵なし白かまぼこ		こんにゃく　冬瓜　しいたけ
				カットロールケーキ 【1歳児】バナナ		カットロールケーキ	【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
20	土	牛乳	給食	きびご飯		米　もちきび	
				みそ焼肉	豚肉　みそ		人参　玉ねぎ　青ピーマン　もやし　にんにく
				鶏汁	鶏肉　みそ	ポテト	えのきたけ　人参　長ねぎ
				バナナ			バナナ
			おやつ	ミニたい焼き		ミニたい焼き	

令和7年度

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

日	曜日	提供		献立名	あかのしょくひん からだをつくるもと	きいろのしょくひん エネルギーやちからのもと	みどりのしょくひん からだやおなかのちょうしをととのえるもと
22	月	牛乳	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		米 発芽玄米	
				ポークカレー	豚肉	ポテト アレルゲンフリーカレールー 米粉 ケチャップ	玉ねぎ 人参 にんにく
				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
23	火	秋分の日					
24	水	麦茶	朝	オレンジ(1～2歳児のみ)			オレンジ
			給食	ホットパン		ホットパン	
				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 パセリ にんにく
				ごぼうサラダ	ツナ	卵なしマヨネーズ	ごぼう 赤ピーマン きゅうり コーン
				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	
25	木	牛乳	朝	ハイハイン(1～2歳児のみ)		ハイハイン	
			給食	きびご飯		米 もちきび	
				白身魚の西京焼き	ホキ みそ	片栗粉	
				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
			おやつ	手作り米粉のバナナパン	豆乳	米粉	バナナ レモン
26	金	牛乳	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		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
				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 青ねぎ
				バナナ			バナナ
			おやつ	焼きポテトスティック		ポテト	
27	土	牛乳	給食	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 にんにく しょうが
				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
			おやつ	やわらかおかき		やわらかおかき	
29	月	牛乳	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		米 発芽玄米	
				あったか丼	豚肉 厚揚げ	片栗粉	白菜 小松菜 玉ねぎ 人参 しょうが
				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
				グレープフルーツ			グレープフルーツ
			おやつ	手作りオレンジゼリー		オレンジジュース	寒天 みかん
30	火	牛乳	朝	バナナ(1～2歳児のみ)			バナナ
			給食	きびご飯		米 もちきび	
				オムレツ	オムレツ[卵]		
				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
			おやつ	手作りかぼちゃあずきケーキ	小豆 豆乳	米粉	かぼちゃ

※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

令和７年度　９　月

離乳食献立表

那覇市こども教育保育課

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もあります。

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

	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 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 鶏肉と玉ねぎの煮物 春雨スープ	米 人参　ポテト　片栗粉 鶏肉　玉ねぎ　片栗粉 春雨　トマト	軟飯 人参・ポテトスティック 鶏肉と玉ねぎの煮物 春雨スープ	米 人参　ポテト 鶏肉　玉ねぎ　片栗粉 春雨　トマト
2回食			おじや	米　トマト　玉ねぎ	おじや	米　トマト　玉ねぎ
2日 (火)	つぶしがゆ 白菜ペースト	米 白菜　片栗粉	おかゆ 豆腐と白菜のそぼろ煮 大根ときゅうりの煮物 みそ汁	米 豆腐　白菜　片栗粉 大根　きゅうり　片栗粉 ポテト　長ねぎ　みそ	軟飯 肉豆腐風 大根ときゅうりの煮物 みそ汁	米 豚肉　豆腐　人参 大根　きゅうり　片栗粉 ポテト　長ねぎ　みそ
2回食			おじや	米　白菜　人参	おじや	米　白菜　人参
3日 (水)	つぶしがゆ かぼちゃペースト	米 かぼちゃ	おかゆ 鶏肉となすのそぼろ煮 かぼちゃと玉ねぎの煮物 野菜スープ	米 鶏肉　なす　片栗粉 かぼちゃ　玉ねぎ　片栗粉 小松菜　冬瓜	軟飯 鶏肉となすの炒め煮 かぼちゃと玉ねぎの煮物 野菜スープ	米 鶏肉　なす かぼちゃ　玉ねぎ　片栗粉 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
4日 (木)	つぶしがゆ キャベツペースト	米 キャベツ　片栗粉	おかゆ 人参とチンゲン菜のそぼろ煮 鶏肉とキャベツの煮物 すまし汁	米 人参　チンゲンサイ　片栗粉 鶏肉　キャベツ　片栗粉 大根　青ねぎ	軟飯 人参とチンゲン菜の炒め煮 鶏肉とキャベツの煮物 すまし汁	米 人参　チンゲンサイ 鶏肉　キャベツ　片栗粉 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
5日 (金)	つぶしがゆ 冬瓜ペースト	米 冬瓜　片栗粉	おかゆ マチときゅうりのそぼろ煮 キャベツと人参の煮物 野菜スープ	米 マチ　きゅうり　片栗粉 キャベツ　人参 長ねぎ　冬瓜	軟飯 カジキの野菜あんかけ キャベツと人参の煮物 野菜スープ	米 メカジキ　片栗粉　きゅうり キャベツ　人参 長ねぎ　冬瓜
2回食			おじや	米　冬瓜　キャベツ	おじや	米　冬瓜　キャベツ
6日 (土)	つぶしがゆ 人参ペースト	米 人参　片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米　人参　長ねぎ 鶏肉　玉ねぎ　青ピーマン　ポテト　片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米　人参　長ねぎ 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
8日 (月)	つぶしがゆ 白菜ペースト	米 白菜　片栗粉	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 白菜ときゅうりの煮物 みそ汁	米 豆腐　片栗粉 白菜　きゅうり　片栗粉 大根　青ねぎ　みそ	軟飯 豆腐と小松菜の炒め煮 白菜ときゅうりの煮物 みそ汁	米 豆腐　小松菜 白菜　きゅうり　片栗粉 大根　青ねぎ　みそ
2回食			おじや	米　人参　小松菜	おじや	米　人参　小松菜
9日 (火)	つぶしがゆ チンゲン菜ペースト	米 チンゲンサイ　片栗粉	おかゆ ポテトと黄ピーマンのそぼろ煮 鶏肉と人参の煮物 野菜スープ	米 ポテト　黄ピーマン　片栗粉 鶏肉　人参　片栗粉 玉ねぎ　チンゲンサイ	軟飯 ポテト・黄ピーマンのスティック 鶏肉と人参の煮物 野菜スープ	米 ポテト　黄ピーマン 鶏肉　人参　片栗粉 玉ねぎ　チンゲンサイ
2回食			おじや	米　ポテト　黄ピーマン	おじや	米　ポテト　黄ピーマン
10日 (水)	つぶしがゆ キャベツペースト	米 キャベツ　片栗粉	おかゆ 鶏肉と玉ねぎのそぼろ煮 人参シリシリー煮 ゆし豆腐	米 鶏肉　玉ねぎ　片栗粉 人参 ゆし豆腐　青ねぎ	軟飯 キャベツ入りハンバーグ 人参シリシリー煮 ゆし豆腐	米 豚肉　玉ねぎ　キャベツ　片栗粉 人参 ゆし豆腐　青ねぎ
2回食			おじや	米　キャベツ　玉ねぎ	おじや	米　キャベツ　玉ねぎ
11日 (木)	つぶしがゆ 山東菜ペースト	米 山東菜　片栗粉	おかゆ マチのそぼろ煮 人参と青ピーマンの煮物 すまし汁	米 マチ　片栗粉 人参　青ピーマン　片栗粉 大根　山東菜	軟飯 カジキの照り焼き 人参と青ピーマンの煮物 すまし汁	米 メカジキ　片栗粉 人参　青ピーマン　片栗粉 大根　山東菜
2回食			おじや	米　大根　人参	おじや	米　大根　人参
12日 (金)	つぶしがゆ パクチョイペースト	米 パクチョイ　片栗粉	おかゆ しらすとキャベツのそぼろ煮 人参と小松菜の煮物 みそ汁	米 しらす　キャベツ　片栗粉 人参　小松菜　片栗粉 パクチョイ　青ねぎ　みそ	軟飯 しらすとキャベツの炒め煮 人参と小松菜の煮物 みそ汁	米 しらす　キャベツ 人参　小松菜　片栗粉 パクチョイ　青ねぎ　みそ
2回食			おじや	米　キャベツ　小松菜	おじや	米　キャベツ　小松菜
13日 (土)	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
2回食			バナナ	バナナ	バナナ	バナナ

令和７年度　９　月

離乳食献立表

那覇市こども教育保育課

15日 (月)	敬老の日					
2回食						
16日 (火)	つぶしがゆ 白菜ペースト	米 白菜　片栗粉	おかゆ 豆腐と白菜のそぼろ煮 大根ときゅうりの煮物 みそ汁	米 豆腐　白菜　片栗粉 大根　きゅうり　片栗粉 ポテト　長ねぎ　みそ	軟飯 肉豆腐風 大根ときゅうりの煮物 みそ汁	米 豚肉　豆腐　人参 大根　きゅうり　片栗粉 ポテト　長ねぎ　みそ
2回食			おじや	米　白菜　人参	おじや	米　白菜　人参
17日 (水)	つぶしがゆ 小松菜ペースト	米 小松菜　片栗粉	おかゆ 納豆　人参とポテトのそぼろ煮 かぼちゃときゅうりの煮物 すまし汁	米 納豆　人参　ポテト　片栗粉 かぼちゃ　きゅうり　片栗粉 冬瓜　小松菜	軟飯 納豆　人参・ポテトスティック かぼちゃときゅうりの煮物 すまし汁	米 納豆　人参　ポテト かぼちゃ　きゅうり　片栗粉 冬瓜　小松菜
2回食			煮込みうどん	うどん　人参　きゅうり	煮込みうどん	うどん　人参　きゅうり
18日 (木)	つぶしがゆ キャベツペースト	米 キャベツ　片栗粉	おかゆ 人参とチンゲン菜のそぼろ煮 鶏肉とキャベツの煮物 すまし汁	米 人参　チンゲンサイ　片栗粉 鶏肉　キャベツ　片栗粉 大根　青ねぎ	軟飯 人参とチンゲン菜の炒め煮 鶏肉とキャベツの煮物 すまし汁	米 人参　チンゲンサイ 鶏肉　キャベツ　片栗粉 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
19日 (金)	つぶしがゆ 冬瓜ペースト	米 冬瓜　片栗粉	おかゆ 鶏肉のそぼろ煮 人参シリシリー煮 春雨スープ	米 鶏肉　片栗粉 人参 春雨　冬瓜	軟飯 豚肉と切干大根の炒め煮 人参シリシリー煮 春雨スープ	米 豚肉　切干大根 人参 春雨　冬瓜
2回食			キャロット寒天	人参　アップルジュース　寒天	キャロット寒天	人参　アップルジュース　寒天
20日 (土)	つぶしがゆ 人参ペースト	米 人参　片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米　人参　長ねぎ 鶏肉　玉ねぎ　青ピーマン　ポテト　片栗粉	野菜入りおじや 鶏肉と野菜の煮物	米　人参　長ねぎ 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
22日 (月)	つぶしがゆ 白菜ペースト	米 白菜　片栗粉	おかゆ 鶏肉とキャベツのそぼろ煮 人参ときゅうりの煮物 野菜スープ	米 鶏肉　キャベツ　片栗粉 人参　きゅうり　片栗粉 玉ねぎ　白菜	軟飯 鶏肉とキャベツの炒め煮 人参ときゅうりの煮物 野菜スープ	米 鶏肉　キャベツ 人参　きゅうり　片栗粉 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
23日 (火)	秋分の日					
2回食						
24日 (水)	つぶしがゆ キャベツペースト	米 キャベツ　片栗粉	おかゆ きゅうりと赤ピーマンのそぼろ煮 鶏肉と玉ねぎの煮物 野菜スープ	米 きゅうり　赤ピーマン　片栗粉 鶏肉　玉ねぎ　片栗粉 キャベツ　人参	軟飯 きゅうり・赤ピーマンスティック 鶏肉と玉ねぎの煮物 野菜スープ	米 きゅうり　赤ピーマン 鶏肉　玉ねぎ　片栗粉 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
25日 (木)	つぶしがゆ 山東菜ペースト	米 山東菜　片栗粉	おかゆ マチのそぼろ煮 人参と青ピーマンの煮物 すまし汁	米 マチ　片栗粉 人参　青ピーマン　片栗粉 大根　山東菜	軟飯 カジキの照り焼き 人参と青ピーマンの煮物 すまし汁	米 メカジキ　片栗粉 人参　青ピーマン　片栗粉 大根　山東菜
2回食			おじや	米　大根　人参	おじや	米　大根　人参
26日 (金)	つぶしがゆ パクチョイペースト	米 パクチョイ　片栗粉	おかゆ しらすとキャベツのそぼろ煮 人参と小松菜の煮物 みそ汁	米 しらす　キャベツ　片栗粉 人参　小松菜　片栗粉 パクチョイ　青ねぎ　みそ	軟飯 しらすとキャベツの炒め煮 人参と小松菜の煮物 みそ汁	米 しらす　キャベツ 人参　小松菜　片栗粉 パクチョイ　青ねぎ　みそ
2回食			おじや	米　キャベツ　小松菜	おじや	米　キャベツ　小松菜
27日 (土)	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
2回食			バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
29日 (月)	つぶしがゆ 白菜ペースト	米 白菜　片栗粉	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 白菜ときゅうりの煮物 みそ汁	米 豆腐　片栗粉 白菜　きゅうり　片栗粉 大根　青ねぎ　みそ	軟飯 豆腐と小松菜の炒め煮 白菜ときゅうりの煮物 みそ汁	米 豆腐　小松菜 白菜　きゅうり　片栗粉 大根　青ねぎ　みそ
2回食			おじや	米　人参　小松菜	おじや	米　人参　小松菜
30日 (火)	つぶしがゆ チンゲン菜ペースト	米 チンゲンサイ　片栗粉	おかゆ ポテトと黄ピーマンのそぼろ煮 鶏肉と人参の煮物 野菜スープ	米 ポテト　黄ピーマン　片栗粉 鶏肉　人参　片栗粉 玉ねぎ　チンゲンサイ	軟飯 ポテト・黄ピーマンのスティック 鶏肉と人参の煮物 野菜スープ	米 ポテト　黄ピーマン 鶏肉　人参　片栗粉 玉ねぎ　チンゲンサイ
2回食			おじや	米　ポテト　黄ピーマン	おじや	米　ポテト　黄ピーマン

令和7年度

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・バナナ・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。

日	曜日	提供	基本献立		アレルギー食　献立名 給食対応				
			献立名	材料名	卵	牛乳	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 チキンカレー 切干大根の甘酢和え 春雨スープ	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 切干大根　人参　きゅうり 春雨　わかめ					
		おやつ	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
2	火	朝	バナナ（1～2歳児のみ）	バナナ					ハイハイン
		給食	きびご飯 肉豆腐 ゆかり和え じゃがいものみそ汁 オレンジ	米　もちきび 豚肉　豆腐（大豆）　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　ツナ（魚・大豆）　ゆかり ポテト　わかめ　えのきたけ　みそ（大豆） オレンジ					
		おやつ	手作り黒糖レーズン蒸しパン	小麦粉　黒糖　豆乳（大豆）　レーズン			手作り米粉黒糖レーズン蒸しパン		
3	水	朝	オレンジ（1～2歳児のみ）	オレンジ					
		給食	夏野菜スパゲティ かぼちゃサラダ 冬瓜と青菜のスープ	スパゲッティ（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 かぼちゃ　ポテト　玉ねぎ　人参　卵なしマヨネーズ（大豆） 冬瓜　小松菜　えのきたけ			春雨又はビーフン		
		おやつ	手作りわかめおにぎり	米　わかめ					
4	木	朝	ハイハイン（1～2歳児のみ）	ハイハイン					
		給食	ウンケージューシー 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁	米　ジューシーの素[人参・ごぼう・たけのこ・しいたけ・豚肉・ひじき]　（大豆） 鶏肉　ごぼう　さといも　大根　こんにゃく　卵なしちくわ（魚）　しいたけ　いんげん　人参 キャベツ　人参　チンゲンサイ　白ごま もずく　えのきたけ　青ねぎ　みそ（大豆）					
		おやつ	きな粉みつ芋	さつまいも　きな粉（大豆）					
5	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 さばの塩焼き ひじきサラダ すまし汁	米　発芽玄米 さば（魚） ひじき　キャベツ　人参　きゅうり　鶏肉　コーン　枝豆（大豆） 冬瓜　ごぼう　長ねぎ　人参　鶏肉					
		おやつ	手作りぜんざい	ぜんざい豆　黒糖					
6	土	給食	きびご飯 みそ焼肉 鶏汁 バナナ	米　もちきび 豚肉　人参　玉ねぎ　青ピーマン　もやし　にんにく　みそ（大豆） 鶏肉　えのきたけ　ポテト　人参　長ねぎ　みそ（大豆） バナナ					オレンジ
		おやつ	ぽたぽた焼き 【1歳児】ベビーせんべい	ぽたぽた焼き（大豆） 【1歳児】ベビーせんべい					
8	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 あったか丼 わかめときゅうりのツナ和え みそ汁 グレープフルーツ	米　発芽玄米 豚肉　白菜　小松菜　玉ねぎ　人参　厚揚げ（大豆）　しょうが　片栗粉 わかめ　きゅうり　ツナ（魚・大豆） 鶏肉　大根　青ねぎ　えのきたけ　みそ（大豆） グレープフルーツ					
		おやつ	手作りオレンジゼリー	寒天　オレンジジュース　みかん					
9	火	朝	バナナ（1～2歳児のみ）	バナナ					ハイハイン
		給食	きびご飯 オムレツ 鶏とポテトのトマト煮 青菜入りコーンスープ	米　もちきび オムレツ[卵]（大豆） 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 鶏肉　コーン　玉ねぎ　チンゲンサイ　片栗粉	手作りハンバーグ				
		おやつ	かぼちゃあずきケーキ	米粉　かぼちゃ　小豆　豆乳（大豆）					
10	水	朝	オレンジ（1～2歳児のみ）	オレンジ					
		給食	玄米ご飯 タコライス ゴーヤーチップス くずし豆腐のスープ	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　チーズ（乳） ゴーヤー　片栗粉　米粉 ゆし豆腐（大豆）　しめじ　人参　しょうが　青ねぎ　片栗粉		チーズ除去			
		おやつ	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					

令和7年度

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・バナナ・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。

日	曜日	提供	基本献立		アレルギー食　献立名 給食対応				
			献立名	材料名	卵	牛乳	小麦	山芋	バナナ・パイン
11	木	朝	ハイハイン（1～2歳児のみ）	ハイハイン					
		給食	きびご飯 白身魚の西京焼き 豚肉と昆布の炒め煮 すまし汁	米　もちきび ホキ（魚）　片栗粉　みそ（大豆） 豚肉　しょうが　片栗粉　人参　青ピーマン　昆布　ごま油 大根　山東菜　油あげ（大豆）					
		おやつ	手作り米粉のバナナパン	バナナ　レモン　米粉　豆乳（大豆）					バナナ除去
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	玄米ご飯 豆腐チャンプルー 磯香和え みそ汁 バナナ	米　発芽玄米 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　しらす（魚）　海苔 へちま　しいたけ　えのきたけ　青ねぎ　みそ（大豆） バナナ					オレンジ
		おやつ	焼きポテトスティック	ポテト					
13	土	給食	きびご飯 チャプチェ風丼 具だくさんスープ オレンジ	米　もちきび 豚肉　春雨　人参　玉ねぎ　青ピーマン　白ごま　ごま油　にんにく　しょうが 鶏肉　小松菜　玉ねぎ　えのきたけ　長ねぎ オレンジ					
		おやつ	やわらかおかき	やわらかおかき（大豆）					
15	月		敬老の日						
16	火	朝	バナナ（1～2歳児のみ）	バナナ					ハイハイン
		給食	きびご飯 肉豆腐 ゆかり和え じゃがいものみそ汁 オレンジ	米　もちきび 豚肉　豆腐（大豆）　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　ツナ（魚・大豆）　ゆかり ポテト　わかめ　えのきたけ　みそ（大豆） オレンジ					
		おやつ	手作り黒糖レーズン蒸しパン	小麦粉　黒糖　豆乳（大豆）　レーズン			手作り米粉黒糖レーズン蒸しパン		
17	水	朝	オレンジ（1～2歳児のみ）	オレンジ					
		給食	冷やし中華 かぼちゃ天ぷら 冬瓜と青菜のスープ	中華めん（小麦・ごま油・大豆）　もやし　きゅうり　人参　卵　冷やし中華スープ（ごま油・大豆） かぼちゃ天ぷら[かぼちゃ・小麦粉] 冬瓜　小松菜　えのきたけ	卵除去		春雨又はビーフン 手作り米粉かぼちゃ天ぷら		
		おやつ	手作りわかめおにぎり	米　わかめ					
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 筑前煮 ゴマ和え もずく味噌汁	米　もちきび 鶏肉　ごぼう　さといも　大根　こんにゃく　卵なしちくわ（魚）　しいたけ　いんげん　人参 キャベツ　人参　チンゲンサイ　白ごま もずく　えのきたけ　青ねぎ　みそ（大豆）					
		おやつ	きな粉みつ芋	さつまいも　きな粉（大豆）					
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	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	米　黒米　みそ（大豆）　ツナ（魚・大豆）　糸削り（魚） ささみカツ[ささみ・パン粉・小麦粉・大豆粉] 切干大根　昆布　豚肉　卵なしちくわ（魚）　こんにゃく　人参　油あげ（大豆） 豚肉　こんにゃく　冬瓜　卵なし白かまぼこ（魚）　しいたけ カットロールケーキ（卵・乳・小麦・大豆）　【1歳児】バナナ	米粉カップケーキ	米粉カップケーキ	鶏肉の照り焼き 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	バナナ　【1歳児】米粉カップケーキ					オレンジ
20	土	給食	きびご飯 みそ焼肉 鶏汁 バナナ	米　もちきび 豚肉　人参　玉ねぎ　青ピーマン　もやし　にんにく　みそ（大豆） 鶏肉　えのきたけ　ポテト　人参　長ねぎ　みそ（大豆） バナナ					オレンジ
		おやつ	ミニたい焼き	ミニたい焼き（小麦・大豆）			玄米棒		

令和7年度

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・バナナ・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。

日	曜日	提供	基本献立		アレルギー食　献立名 給食対応				
			献立名	材料名	卵	牛乳	小麦	山芋	バナナ・パイン
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	玄米ご飯	米　発芽玄米					
			ポークカレー	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					
			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	オレンジ					
		おやつ	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
23	火		秋分の日						
24	水	朝	オレンジ（1～2歳児のみ）	オレンジ					
		給食	ホットパン	ホットパン（卵・乳・小麦・大豆）	ごはん	ごはん	ごはん		
			ミートドッグ	無塩せきウインナー　豚肉　玉ねぎ　人参　セロリ　トマト　パセリ　ケチャップ　にんにく　米粉					
			ごぼうサラダ	ごぼう　赤ピーマン　きゅうり　コーン　ツナ（魚・大豆）					
			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	米　しらす（魚）　糸削り（魚）　白ごま					
25	木	朝	ハイハイン（1～2歳児のみ）	ハイハイン					
		給食	きびご飯	米　もちきび					
			白身魚の西京焼き	ホキ（魚）　片栗粉　みそ（大豆）					
			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　ごま油					
			すまし汁	大根　山東菜　油あげ（大豆）					
		おやつ	手作り米粉のバナナパン	バナナ　レモン　米粉　豆乳（大豆）					バナナ除去
26	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	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					
			みそ汁	へちま　しいたけ　えのきたけ　青ねぎ　みそ（大豆）					
			バナナ	バナナ					オレンジ
		おやつ	焼きポテトスティック	ポテト					
27	土	給食	きびご飯	米　もちきび					
			チャプチェ風丼	豚肉　春雨　人参　玉ねぎ　青ピーマン　白ごま　ごま油　にんにく　しょうが					
			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					
		おやつ	やわらかおかき	やわらかおかき（大豆）					
29	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	米　発芽玄米					
			あったか丼	豚肉　白菜　小松菜　玉ねぎ　人参　厚揚げ（大豆）　しょうが　片栗粉					
			わかめときゅうりのツナ和え	わかめ　きゅうり　ツナ（魚・大豆）					
			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					
		おやつ	手作りオレンジゼリー	寒天　オレンジジュース　みかん					
30	火	朝	バナナ（1～2歳児のみ）	バナナ					ハイハイン
		給食	きびご飯	米　もちきび					
			オムレツ	オムレツ[卵]（大豆）	手作りハンバーグ				
			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					
			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					
		おやつ	手作りかぼちゃあずきケーキ	米粉　かぼちゃ　小豆　豆乳（大豆）					

令和7年度

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（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
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（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
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（小麦）	ぽたぽた焼き（小麦）	はちゃ棒
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（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
9月29日	9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。 ※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」、	
たべっこベビー（小麦）	玄米棒				