



(離乳食・後期)

令和6年度
ともわ乳児園
那覇市長田2-26-10 サンテラス長田102
098-987-1302

	月	火	水	木	金	土
献立	1 ①全粥～軟飯 ②柔らか人参シリシリ ③大根味噌汁 ④オレンジ	2 ①全粥～軟飯 ②野菜と豆の柔らか煮 ③バナナ	3 ①豆腐肉味噌粥～軟飯丼 ②根菜汁 ③フルーツヨーグルト	4 ①全粥～軟飯 ②柔らかチャブチェ炒め ③もずくスープ ④バナナ	5 ①柔らかちらし寿し ②素麺すまし汁 ③オレンジ	6 ①柔らかナポリタン ②ジュリアンスープ ③バナナ
材料	①米 ②人参 パパイア ツナ缶 ③大根 葱 ④オレンジ	①米 ②人参 玉葱 挽肉 枝豆 ひよこ豆 ③バナナ	①米 豆腐 挽肉 玉葱 ②人参 芋 ツナ缶 ③ドライフルーツ ヨーグルト	①米 ②春雨 人参 エノキ ③もずく ④バナナ	①米 ②人参 胡瓜 椎茸 オクラ カニカマ 卵 刻み海苔 ②素麺 麩 ③オレンジ	①パスタ麺 人参 玉葱 ピーマン トマト缶 ②キャベツ 人参 玉葱 じゃが芋 豆苗 ③バナナ
☆おやつ	鮭全粥～軟飯おにぎり ミルク	シリアル ミルク	ヒラヤーチー ミルク	おかか入粥～軟飯おにぎり ミルク	ホットケーキ ミルク	しそ全粥～軟飯おにぎり お茶
おやつ材料	米 鮭ふりかけ ミルク	シリアル ミルク	米粉 ツナ缶 卵 ミルク	米 おかかふりかけ ミルク	HM 卵 オリゴ糖 バター ミルク	米 しそふりかけ ルイボスティ
献立	8 ①柔らかもずく丼 ②冬瓜味噌汁 ③バナナ	9 ①全粥～軟飯 ②野菜と鶏肉の柔らか煮 ③オレンジ	10 ①全粥～軟飯 ②魚の南蛮漬け ③アーサすまし汁 ④黄桃	11 ①全粥～軟飯 ②柔らか回鍋肉 ③わかめ中華スープ ④バナナ	12 ①全粥～軟飯 ②柔らか麩チャンブルー ③へちま入りゆし豆腐 ④ぶどうゼリー	13 ①野菜入りそうめんチャンブルー ②アーサ味噌汁 ③バナナ
材料	①米 もずく 人参 オクラ 高野豆腐 ②冬瓜 豆腐 ツナ缶 ③バナナ ④バナナ	①米 ②鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 ブロccoli ③オレンジ	①米 ②白身魚 人参 ピーマン 玉葱 ③アーサ 卵 ④黄桃缶	①米 ②豚肉 キャベツ ピーマン 人参 ③わかめ 水菜 高野豆腐 ④バナナ	①米 ②麩 キャベツ 人参 もやし ピーマン 卵 ③へちま ゆし豆腐 ツナ缶 ④ぶどうジュース アガー	①素麺 キャベツ 人参 ピーマン 玉葱 ②アーサー 卵 ③バナナ
☆おやつ	味噌入りボーボー ミルク	ベビーせんべい ミルク	青菜全粥～軟飯おにぎり ミルク	マッシュポテト ミルク	しらす入り全粥～軟飯おにぎり ミルク	しらす入り全粥～軟飯おにぎり ミルク
おやつ材料	小麦粉 卵 油味噌 BP ミルク	ベビーせんべい ミルク	米 青菜ふりかけ ミルク	じゃが芋 バター ミルク	米 しらすふりかけ ミルク	米 しらすふりかけ ミルク
献立	15 休園	16 ①全粥～軟飯 ②野菜と豚肉の柔らか煮 ③バナナ	17 ①柔らか麻婆茄子豆腐丼 ②お麩の味噌汁 ③オレンジ	18 ①全粥～軟飯 ②柔らか酢鶏 ③なめこ汁 ④フルーツヨーグルト	19 ①全粥～軟飯 ②柔らか野菜チャンブルー ③モーウィ味噌汁 ④バナナ	20 ①そぼろ粥～軟飯 ②玉葱コンソメスープ ③オレンジ
材料		①米 ②豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 いんげん ③バナナ	①米 茄子 玉葱 人参 ピーマン ツナ缶 ②麩 水菜 ③オレンジ	①米 ②鶏肉 人参 玉葱 ピーマン ③なめこ エノキ 豆苗 ④ヨーグルト ドライフルーツ	①米 ②キャベツ 人参 豆腐 卵 ③モーウィ 人参 ツナ缶 ④バナナ	①米 青菜 人参 卵 ツナ缶 ②玉葱 スパ麺 パセリ ③オレンジ
☆おやつ		スナックパン ミルク	鮭入り全粥～軟飯おにぎり ミルク	バナナケーキ ミルク	おかか入全粥～軟飯おにぎり ミルク	ふかし芋 ミルク
おやつ材料		スナックパン ミルク	米 鮭ふりかけ ミルク	HM バナナ オリゴ糖 ミルク	米 おかかふりかけ ミルク	さつま芋 ミルク
献立	22 ①全粥～軟飯 ②柔らか肉じゃが煮 ③もやし味噌汁 ④オレンジ	23 ①全粥～軟飯 ②チーズ入り野菜の柔らか煮 ③バナナ	24 お誕生日会 ①おじや～炊込みご飯 ②沖縄風味味噌汁 ③黄桃	25 ①柔らか麻婆豆腐丼 ②法蓮草中華スープ ③バナナ	26 流しそうめん (食) ①冷やしそうめん ②南瓜甘煮 ③ぶどうゼリー	27 ①全粥～軟飯 ②鯖缶と野菜の柔らか煮 ③南瓜ポタージュスープ ④オレンジ
材料	①米 ②豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 いんげん ③もやし ④オレンジ	①米 ②人参 玉葱 ブロccoli じゃが芋 チーズ ③バナナ	①米 人参 ひじき エノキ ②冬瓜 人参 白菜 豆腐 わかめ ツナ缶 ③黄桃缶 	①米 豆腐 挽肉 玉葱 ②法蓮草 高野豆腐 ③バナナ	①そうめん 胡瓜 ②南瓜 ③ぶどうジュース アガー	①米 ②サバ缶 玉葱 人参 大豆 ③南瓜 玉葱 パセリ ④オレンジ
☆おやつ	芋入蒸しパン ミルク	ベビーウェハース ミルク	パースデイクーキ ミルク	味噌入全粥～軟飯おにぎり ミルク	しそ入り全粥～軟飯おにぎり ミルク	きな粉蒸しパン ミルク
おやつ材料	HM さつま芋 オリゴ糖 ミルク	ベビーウェハース ミルク	シフォンクーキ ミルク	米 油味噌 ミルク	米 しそふりかけ ミルク	HM きな粉 オリゴ糖 ミルク
献立	29 ①全粥～軟飯 ②豆腐ハンバーグ ③根菜汁 ④バナナ	30 ①全粥～軟飯 ②野菜と豚肉の柔らか煮 ③オレンジ	31 ①三色おじや～軟飯丼 ②もずく汁 ③オレンジゼリー	※当園では、お米は金芽米を使用しています。 ※完了期のお子様は献立の材料を刻み薄味にして提供しています。 ※材料の調達事情により、献立が変更		
材料	①米 ②豆腐 人参 玉葱 挽肉 ③人参 大根 ツナ缶 ④バナナ	①米 ②豚肉 玉葱 エリンギ しめじ ③オレンジ	①米 人参 法蓮草 挽肉 ②もずく ③オレンジジュース アガー	 		
☆おやつ	青菜入全粥～軟飯おにぎり ミルク	ベビーせんべい ミルク	ふかし芋 ミルク			
おやつ材料	米 青菜ふりかけ ミルク	ベビーせんべい ミルク	さつま芋 ミルク			