



(幼児食)

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
	入園式 1	2	3	4	5	6
献立	①炊込みご飯 ②冬瓜味噌汁 ③鶏肉のピカタカレー風味 ④バナナ	①ビーンズカレー ②コールスローサラダ ③オレンジ	①ご飯 ②魚味噌マヨ焼き ③ジュリアンスープ ④大根甘酢 ⑤りんご	①麻婆豆腐丼 ②青菜中華スープ ③パンサンサー ④ぶどうゼリー	①ナポリタンスパゲッティ ②南瓜ポタージュ ③棒棒鶏サラダ ④バナナ	①三色丼 ②わかめ味噌汁 ③ブロッコリーサラダ ④オレンジ
材料	①米 人参 ひじき 牛蒡 いんげん 油揚げ ②冬瓜 高野豆腐 ツナ缶 葱 ③鶏肉 卵 米粉 カレー粉 ④バナナ	①米 大豆 ひよこ豆 ツナ缶 ジャが芋 人参 玉葱 ②キャベツ 人参 枝豆 ③オレンジ	①米 ②白身魚 味噌マヨネーズ ③キャベツ 人参 玉葱 じゃが芋 豆苗 ④大根 人参 ⑤りんご	①米 豆腐 挽肉 玉葱 白菜 ②青梗菜 卵 ③胡瓜 カニカマ 春雨 ごま ④ぶどうジュース アガー	①パスタ麺 人参 玉葱 ピーマン ソーセージ トマト缶 ②南瓜 玉葱 豆乳 パセリ ③鶏肉 胡瓜 ごま ④バナナ	①米 人参 法蓮草 卵 ②わかめ 玉葱 油揚げ 葱 ③ブロッコリー トマト チーズ ④オレンジ
☆おやつ	ヒラヤーチー 牛乳	スティックパン 牛乳	おかかおにぎり 牛乳	じゃがもち 牛乳	青菜おにぎり 牛乳	フルーチェ クラッカー
おやつ材料	米粉 ニラ ツナ缶 卵 牛乳	スティックパン 牛乳	米 おかかふりかけ 牛乳	じゃが芋 片栗粉 牛乳	米 青菜ふりかけ 牛乳	フルーチェの素 牛乳 クラッカー
	8	9	10	11	12	13
献立	①あわご飯 ②人参シリシリ ③青菜味噌汁 ④チキンナゲット ⑤フルーツヨーグルト	①チキンクリームシチュー ②マカロニサラダ ③バナナ	①茄子味噌丼 ②アーサすまし汁 ③南瓜甘煮 ④オレンジ	①ご飯 ②青椒肉絲 ③わかめ中華スープ ④三色ナムル ⑤バナナ	①五目ピラフ ②豆ポタージュ ③マセドアンサラダ ④オレンジゼリー	①もずく丼 ②もやし味噌汁 ③二色揚げ ④りんご
材料	①米 粟 ②人参 ニラ 卵 ツナ缶 ③小松菜 油揚げ 葱 ④鶏肉 豆腐 卵 ⑤ヨーグルト ドライフルーツ	①米 鶏肉 人参 ジャが芋 玉葱 いんげん ②マカロニ 胡瓜 ゆで卵 ③バナナ	①米 茄子 人参 玉葱 ツナ缶 ②アーサー 高野豆腐 豆苗 ③南瓜 おかか ④オレンジ	①米 ②豚肉 ピーマン 玉葱 エリンギ ③わかめ 卵 葱 ④もやし 人参 胡瓜 ごま ⑤バナナ	①米 人参 枝豆 玉葱 卵 ソーセージ ②大豆 ひよこ豆 玉葱 豆乳 パセリ ③胡瓜 アボカド トマト チーズ ④オレンジジュース アガー	①米 もずく 人参 玉葱 ツナ缶 ②もやし 油揚げ 豆苗 ③いんげん ソーセージ 卵 ④りんご
☆おやつ	きな粉蒸しパン 牛乳	せんべい 牛乳	しらすおにぎり 牛乳	ふかし芋 牛乳	鮭おにぎり 牛乳	ポケットサンドパン 牛乳
おやつ材料	HM きな粉 オリゴ糖 牛乳	小魚せんべい 牛乳	米 しらすふりかけ 牛乳	さつま芋 牛乳	米 鮭ふりかけ 牛乳	食パン ツナ缶 マヨネーズ
	15	16	17	18	19	20
献立	①ご飯 ②ちゃんちゃん焼き ③白菜ミルクスープ ④納豆 ⑤オレンジ	①ミートボールカレー ②三色野菜サラダ ③バナナ	①あわご飯 ②肉じゃが ③なめこ汁 ④小松菜和え ⑤ぶどうゼリー	①ご飯 ②春雨チャブチェ炒め ③法蓮草中華スープ ④胡瓜中華和え ⑤パイン	①親子丼 ②ゆし豆腐汁 ③法蓮草お浸し ④カルピスゼリー	①あわご飯 ②麩チャンプルー ③根菜汁 ④カニカマ卵巻き ⑤バナナ
材料	①米 ②鮭 キャベツ 人参 ニラ じゃが芋 しめじ 味噌 ③白菜 玉葱 ハム 牛乳 パセリ ④納豆 ⑤オレンジ	①米 豚肉 人参 ジャが芋 玉葱 枝豆 卵 ②ブロッコリー 人参 南瓜 ③バナナ	①米 粟 ②豚肉 ジャが芋 人参 玉葱 白滝 いんげん ③なめこ エノキ 豆苗 ツナ缶 ④小松菜 油揚げ ⑤ぶどうジュース アガー	①米 ②挽肉 春雨 人参 ニラ エノキ ③法蓮草 高野豆腐 ④胡瓜 カニカマ 卵 ごま ⑤パイン缶	①米 鶏肉 玉葱 卵 刻み海苔 ②ゆし豆腐 わかめ 葱 ③法蓮草 おかか ④カルピス アガー	①米 粟 ②麩 卵 人参 玉葱 もやし ピーマン ソーセージ ③大根 人参 牛蒡 葱 ツナ缶 ④カニカマ 卵 ⑤バナナ
☆おやつ	しそおにぎり 牛乳	シリアル 牛乳	ホットケーキ 牛乳	おかかおにぎり 牛乳	ヒラヤーチー 牛乳	アメリカンドック 牛乳
おやつ材料	米 しそふりかけ 牛乳	シリアル 牛乳	HM 卵 バター 牛乳	米 おかかふりかけ 牛乳	米粉 ニラ ツナ缶 卵 牛乳	HM ソーセージ 卵 牛乳
	22	23	24	25	26	27
献立	①沖縄風ちゃんぽん ②そうめん汁 ③竹輪磯辺揚げ ④バナナ	①ポークシチュー ②白菜和え ③オレンジ	お誕生会 (お弁当)	①ご飯 ②酢鶏 ③もずくスープ ④胡瓜和え ⑤カルピスゼリー	①あわご飯 ②魚のトマトチーズ焼き ③ポトフスープ ④パンサンサー ⑤バナナ	①ドライカレー ②マカロニスープ ③ブロッコリーサラダ ④フルーツヨーグルト
材料	①米 キャベツ 人参 玉葱 ピーマン ソーセージ 卵 ②素麺 葱 ツナ缶 ③竹輪 米粉 卵 青のり ④バナナ	①米 豚肉 人参 ジャが芋 玉葱 いんげん しめじ ②白菜 胡瓜 わかめ ③オレンジ		①米 ②鶏肉 玉葱 人参 ピーマン エノキ ③もずく 豆苗 ④胡瓜 もやし ツナ缶 ⑤カルピス アガー	①米 粟 ②白身魚 トマト 玉葱 チーズ ③ブロッコリー エリンギ 人参 ウィンナー ④春雨 胡瓜 卵 ⑤バナナ	①米 人参 玉葱 大豆 トマト ツナ缶 ②スープ麺 人参 水菜 ③ブロッコリー ゆで卵 ④ヨーグルト フルーツ缶
☆おやつ	鮭おにぎり 牛乳	クラッカー 牛乳	パースディケーキ 牛乳	きつねおにぎり お茶	ウェハース 牛乳	きな粉ホットケーキ 牛乳
おやつ材料	米 鮭おにぎり 牛乳	クラッカー 牛乳	パースディケーキ 牛乳	米 油揚げ ルイボスティ	ウェハース 牛乳	HM きな粉 オリゴ糖 牛乳
献立	休園	①ハヤシライス ②コールスローサラダ ③バナナ	<p>※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</p>			
材料		①米 豚肉 玉葱 エノキ マッシュルーム しめじ ②キャベツ 人参 ③バナナ				
☆おやつ		ビスケット 牛乳				
おやつ材料		ビスケット 牛乳				