



（幼児食）

令和6年度
 ともわ乳児園 泡瀬園
 沖縄市泡瀬3-35-7 グランデアスール1-A
 098-923-2298

	月	火	水	木	金	土
献立	※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みにして提供しています。 ※材料の調達事情により、献立が変更になる			1 ①あわご飯 ②酢魚 ③わかめスープ ④もやしナムル ⑤バナナ	2 ①麦ご飯 ②豆腐チャンブルー ③モウイ味噌汁 ④二色揚げ ⑤バナナ	3 ①ソーめんチャンブルー ②玉葱すまし汁 ③パンサンスー ④フルーツヨーグルト
材料				①米 粟 ②白身魚 ピーマン パプリカ 玉葱 エリンギ ③わかめ 葱 ④もやし 人参 小松菜 ごま ⑤バナナ	①米 麦 ②豆腐 人参 玉葱 もやし ニラ ③モウイ ツナ缶 葱 ④いんげん ソーセージ ⑤バナナ	①乾麺 人参 ニラ ツナ缶 ②玉葱 卵 葱 ③胡瓜 人参 カニカマ ④ヨーグルト ドライフルーツ
☆おやつ				鮭おにぎり 牛乳	ホットケーキ 牛乳	おかかおにぎり 牛乳
おやつ材料				米 鮭ふりかけ 牛乳	HM オリゴ糖 バター 牛乳	米 おかかふりかけ 牛乳
献立	5 ①麦ご飯 ②春雨チャブチェ炒め ③オニオン中華スープ ④パンサンスー ⑤ぶどうゼリー	6 ①もずく丼 ②青菜味噌汁 ③白菜甘酢和え ④バナナ	7 ①あわご飯 ②クーブイリチー ③ソーめん汁 ④法蓮草白和え ⑤パン	8 ①鯖カレー ②コールスローサラダ ③オレンジ	9 ①親子丼 ②小松菜味噌汁 ③胡瓜和え ④バナナ	10 ①五目ピラフ ②ジュリアンスープ ③スバゲティサラダ ④オレンジ
材料	①米 麦 ②春雨 人参 ピーマン エノキ ニラ ③玉葱 葱 ④胡瓜 大根 ソーセージ ⑤ぶどうジュース アガー	①米 もずく 人参 玉葱 枝豆 ②水菜 高野豆腐 ツナ缶 ③白菜 人参 ごま ④バナナ	①米 粟 ②切昆布 人参 竹輪 糸蒟蒻 ツナ缶 ②素麺 葱 ④法蓮草 人参 豆腐 ⑤パン缶	①米 鯖 人参 玉葱 じゃが芋 いんげん トマト缶 ②キャベツ 人参 大豆 ③オレンジ	①米 鶏肉 玉葱 いんげん 卵 ②小松菜 油揚げ 葱 ③胡瓜 わかめ ツナ缶 ④バナナ	①米 人参 玉葱 枝豆 卵 ソーセージ ②白菜 じゃが芋 人参 ③サラシパチンコ ブロッコリー カニカマ ④オレンジ
☆おやつ	きな粉蒸しパン 牛乳	ヒラヤーチー 牛乳	青菜おにぎり 牛乳	クラッカー 牛乳	しらすおにぎり 牛乳	ジャムパン ミロミルク
おやつ材料	HM きな粉 オリゴ糖 牛乳	米粉 ニラ ツナ缶 卵 牛乳	米 青菜ふりかけ 牛乳	クラッカー 牛乳	米 しらすふりかけ 牛乳	食パン いちごジャム ミロ牛乳
献立	12 休園 	13 ①チキンクリームシチュー ②ブロッコリーサラダ ③バナナ	14 ①あわご飯 ②麩チャンブルー ③根菜汁 ④納豆 ⑤オレンジ	15 ①麦ご飯 ②麻婆豆腐 ③水菜中華スープ ④人参ナムル ⑤フルーツヨーグルト	16 旧盆(ウケケ) ①クファジューシー ②イナムル汁 ③魚天ぷら ④大根甘酢 ⑤バナナ	17 ①タコライス ②パスタ麺スープ ③ココロマヨサラダ ④バナナ
材料	①米 鶏肉 人参 じゃが芋 玉葱 枝豆 ②ブロッコリー ひじき ③バナナ	①米 粟 ②麩 卵 キャベツ 人参 ピーマン ソーセージ ③大根 人参 牛蒡 ツナ缶 ④納豆 ⑤オレンジ	①米 麦 ②豆腐 挽肉 玉葱 葱 ③水菜 卵 ④人参 白菜 ごま ⑤ヨーグルト ドライフルーツ	①米 人参 ひじき エノキ ツナ缶 ②豚肉 椎茸 糸蒟蒻 竹輪 葱 ③白身魚 米粉 卵 ④大根 ごま ⑤バナナ	①米 挽肉 レタス トマト チーズ ②パスタ麺 玉葱 パセリ ③胡瓜 人参 ゆで卵 ④バナナ	
☆おやつ		シリアル 牛乳	アメリカンドック 牛乳	きつねおにぎり 牛乳	フルーチェ クラッカー	蒸しパン 牛乳
おやつ材料		シリアル 牛乳	HM 卵 ソーセージ 牛乳	米 油揚げ 枝豆 牛乳	フルーチェの素 牛乳 クラッカー	HM オリゴ糖 牛乳
献立	19 ①あわご飯 ②ひじき煮 ③へちま入湯し豆腐 ④納豆しらす ⑤オレンジゼリー	20 ①あわご飯 ②ゴーヤーチャンブルー ③なめこ味噌汁 ④ミートボールケチャップ煮 ⑤バナナ	21 ①三色丼 ②フィヤベーススープ ③南瓜甘煮 ④パン	22 ①麦ご飯 ②酢鶏 ③青菜中華スープ ④パンサンスー ⑤バナナ	23 園外保育(ライカム) ①夏野菜カレー ②マカロニサラダ ③フルーツヨーグルト	24 ①親子丼もどき ②もずくスープ ③小松菜和え ④バナナ
材料	①米 粟 ②ひじき 人参 玉葱 大豆 糸蒟蒻 油揚げ ③へちま 湯し豆腐 ツナ缶 ④納豆 しらす ⑤オレンジジュース アガー	①米 粟 ②ゴーヤー 人参 玉葱 卵 豆腐 ソーセージ ③なめこ エノキ 葱 ④挽肉 卵 ⑤バナナ	①米 人参 法蓮草 炒り豆腐 ②白身魚 玉葱 じゃが芋 トマト缶 ③南瓜 おかか ④パン缶	①米 麦 ②鶏肉 人参 玉葱 ピーマン エノキ ③小松菜 カニカマ 卵 ④春雨 胡瓜 ソーセージ ⑤バナナ	①米 茄子 オクラ トマト 人参 玉葱 じゃが芋 ツナ缶 ②マカロニ 胡瓜 ゆで卵 ③ヨーグルト ドライフルーツ	①米 高野豆腐 玉葱 水菜 卵 ②もずく 葱 ③小松菜 人参 ツナ缶 ④バナナ
☆おやつ	野菜素揚げ 牛乳	青菜おにぎり 牛乳	味噌入りポーポー 牛乳	おかかおにぎり 牛乳	せんべい 牛乳	しそおにぎり お茶
おやつ材料	人参 大根 いんげん	米 青菜ふりかけ 牛乳	小麦粉 卵 油味噌 BP 牛乳	米 おかかふりかけ 牛乳	小魚せんべい 牛乳	米 しそふりかけ 緑茶
献立	26 ①ポークシチュー ②スティック野菜 ③オレンジ	27 ①麦ご飯 ②人参シリシリ ③アーサーすまし汁 ④青菜卵焼き ⑤バナナ	28 ①鯖カレー風味ご飯 ②南瓜ポタージュスープ ③スバゲティサラダ ④ミックスフルーツ	29 ①あわご飯 ②青椒肉絲 ③春雨スープ ④棒棒鶏 ⑤ぶどうゼリー	30 ①炊き込みご飯 ②冬瓜味噌汁 ③かき揚げ ④バナナ	31 ①ナポリタン ②チャウダースープ ③レタスチレギ風サラダ ④バナナ
材料	①米 豚肉 人参 じゃが芋 玉葱 いんげん エノキ ②人参 胡瓜 ③オレンジ	①米 麦 ②人参 ニラ ツナ缶 ③アーサー 豆腐 ④法蓮草 卵 ⑤バナナ	①米 鯖 枝豆 カレー粉 トマトピューレ ②南瓜 玉葱 豆乳 パセリ ③サラシパチンコ 胡瓜 人参 ゆで卵 ④バナナ オレンジ ドライフルーツ	①米 粟 ②豚肉 ピーマン エノキ エリンギ ③春雨 人参 ごま 葱 ④鶏肉 胡瓜 白菜 ごま ⑤ぶどうジュース アガー	①米 人参 ひじき エノキ 枝豆 油揚げ ②冬瓜 豆腐 わかめ ツナ缶 ③人参 牛蒡 玉葱 いんげん ④バナナ	①パスタ麺 人参 ピーマン 玉葱 しめじ ソーセージ ②白身魚 芋 玉葱 パセリ 豆乳 ③レタス 味付海苔 ④バナナ
☆おやつ	ビスケット 牛乳	わかめおにぎり 牛乳	ポケットサンドパン 牛乳	ヒラヤーチー 牛乳	しらすおにぎり 牛乳	バナナホットケーキ 牛乳
おやつ材料	ビスケット 牛乳	米 わかめふりかけ 牛乳	食パン ツナ缶 マヨネーズ 牛乳	米粉 ニラ ツナ缶 卵 牛乳	米 しらすふりかけ 牛乳	バナナ HM 卵 牛乳