

日	曜	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	血や肉や骨になる食材	熱と力になる食材	体の調子を整える食材
1	木	かし ぎゅうにゅう	かつおのわふうだれがらめ、スパゲティサラダ みそしる	かし ぎゅうにゅう	かつお、ハム、油揚げ、豆腐 みそ、いわし(煮干し)、牛乳	ごま、片栗粉、油、砂糖、スパゲティ マヨドレッシング	生姜、きゅうり、人参、かぼちゃ、ねぎ
2	金	かし ぎゅうにゅう	ぶたにくとやさいのみそいため、すましじる パイナップル	かし ぎゅうにゅう	豚肉、みそ、豆腐、鰹節、牛乳	砂糖、油、春雨 	ピーマン、玉ねぎ、キャベツ、にんにく、生姜 人参、ねぎ、パイナップル缶
7	水	かし ぎゅうにゅう	ゆかりごはん、NEW:こいのぼりパーク、スナッペンどう わかだけしる、こどものひデザート	かしわもち・1.2才児クレープ ようじぎゅうにゅう	合びき肉、わかめ、油揚げ、鰹節 みそ、牛乳	じゃがいも、こどもの日デザート かしわもち	しそふりかけ、玉ねぎ、人参、実えんどう スナッペンどう、筍
8	木	かし ぎゅうにゅう	てづくりハヤシ、キャベツとハムのサラダ、バナナ	あまなつゼリー	牛肉、ハム	じゃがいも、油、バター、小麦粉 生クリーム、マヨドレッシング、甘夏ゼリー	玉ねぎ、人参、ホールトマト缶、トマトピューレ、にんにく セロリ、キャベツ、きゅうり、バナナ、みかん缶
9	金	あっさりポテト ぎゅうにゅう	さけのチャンチャンやき ほうれんそうのコーンあえ、すましじる	かし ぎゅうにゅう	鮭、なると、わかめ、鰹節、牛乳	油、砂糖	キャベツ、人参、しめじ、玉ねぎ ねぎ、ほうれん草、コーン
10	土	かし		かし			
12	月	かし ぎゅうにゅう	さかなのカレームニエル、やさいぞえ コンソメスープ	かし ミロミルク 	カラスカレイ、ベーコン、脱脂粉乳、ミロ	小麦粉、バター、マヨドレッシング じゃがいも	きゅうり、トマト、玉ねぎ、人参 キャベツ、パセリ粉 
13	火	ジャムヨーグルト	ポークビーンズ、コールスローサラダ あまなつ	こくとうむしパン ようじぎゅうにゅう	大豆、豚肉(玉城産)、牛乳	じゃがいも、油、砂糖、小麦粉 いりごま、黒砂糖 	玉ねぎ、人参、キャベツ、コーン、甘夏
14	水	かし ぎゅうにゅう	ちくぜんに、みそしる、バナナ 	きなこマカロニ ようじぎゅうにゅう	牛肉、大豆、豆腐、さつまあげ、わかめ 鰹節、みそ、きなこ、牛乳	砂糖、マカロニ	筍、人参、ごぼう、干し椎茸、さやえんどう 玉ねぎ、バナナ、こんにゃく
15	木	かし ぎゅうにゅう	やきそば、だいこんとツナのサラダ わかめスープ	パン ぎゅうにゅう	豚肉(玉城産)、えび、ツナ、わかめ 青のり、豆腐、牛乳	焼きそば麺、油、マヨドレッシング クリームパン	人参、玉ねぎ、キャベツ、もやし 大根、きゅうり、コーン、ねぎ
16	金	かし ぎゅうにゅう	とりにくのレモンあげ、スナッペンどう コンソメスープ	かし ぎゅうにゅう	鶏肉、ベーコン、牛乳	片栗粉、油、砂糖、マヨドレッシング じゃがいも	レモン汁、スナッペンどう、玉ねぎ 人参、パセリ粉
17	土	かし		かし			
19	月	かし ぎゅうにゅう	ぶたにくのしょうがやき、やさいぞえ みそしる	やさいマフィン ようじぎゅうにゅう	豚肉(玉城産)、油揚げ、みそ 鰹節、脱脂粉乳、牛乳	油、マヨドレッシング、小麦粉 バター、砂糖	玉ねぎ、生姜、トマト、キャベツ、切干大根 もやし、人参、ねぎ、ほうれん草、りんご
20	火	かし ぎゅうにゅう	ぶりのにつけ、ポテトサラダ、すましじる	こけいヨーグルト	ぶり、ハム、はんぺん、鰹節、ヨーグルト	じゃがいも、マヨドレッシング	人参、きゅうり、小松菜、しめじ、ねぎ
21	水	かし ミルク	まめごはん、チキンのてりやき キャベツのゆかりあえ、すましじる	かし ぎゅうにゅう	鶏肉、わかめ、鰹節、牛乳 	米、砂糖、花魁 	実えんどう、キャベツ、人参 しそふりかけ、玉ねぎ、ねぎ
22	木	かし ぎゅうにゅう	マカロニグラタン、ミネストローネ メロン 	そらまめ・かし ぎゅうにゅう	鶏肉、チーズ、ウィンナー、牛乳	マカロニ、バター、パン粉 小麦粉、油、じゃがいも	玉ねぎ、人参、エリンギ、パセリ粉、メロン キャベツ、ホールトマト缶、そら豆
23	金	かし ぎゅうにゅう	ビーフカレー、フレンチサラダ、オレンジ	かし ジョア 	牛肉、ツナ、ジョア	じゃがいも、カレーパウダー、油、砂糖	人参、玉ねぎ、にんにく、生姜 キャベツ、きゅうり、オレンジ
24	土	かし		かし			
26	月	かし ぎゅうにゅう	てづくりさつまあげ、やさいぞえ あおさのみそしる	バインケーキ ようじぎゅうにゅう	すきみだら、あおさ、鰹節 みそ、卵、牛乳	じゃがいも、片栗粉、油 マヨドレッシング、小麦粉、砂糖	玉ねぎ、ごぼう、人参、ねぎ、キャベツ えのきだけ、パイナップル缶
27	火	バナナ ぎゅうにゅう	チキンライス、コロコロサラダ コンソメスープ	かし ぎゅうにゅう	鶏肉、ベーコン、牛乳	米、オリーブ油、マヨドレッシング じゃがいも	玉ねぎ、人参、ピーマン、きゅうり コーン、キャベツ、パセリ粉
28	水	かし ぎゅうにゅう	はるまき、やさいぞえ、ちゅうかスープ	かし NEW:いちごミルク	合びき肉、豆腐、脱脂粉乳	春巻きの皮、春雨、砂糖、ごま油 片栗粉、ミルメーク、マヨドレッシング	干し椎茸、筍、にら、人参、生姜 もやし、玉ねぎ、ねぎ、キャベツ
29	木	かし ぎゅうにゅう	おやこに、きゅうりのこんぶあえ、みそしる	おこのみやき ようじぎゅうにゅう	鶏肉、凍り豆腐、卵、塩昆布、油揚げ、ツナ、牛乳 いわし(煮干し)、みそ、豆腐、花かつお、青のり	じゃがいも、油、砂糖、小麦粉 	玉ねぎ、人参、干し椎茸、きゅうり 茄子、キャベツ、ねぎ
30	金	かし ぎゅうにゅう	さけのてりやき、もやしとひじきのごまあえ みそしる	かし ぎゅうにゅう	鮭、豆腐、油揚げ、いわし(煮干し) ひじき、みそ、牛乳	砂糖、ごま 	もやし、人参、ほうれん草、玉ねぎ、ねぎ
31	土	かし		かし			

〈未満児組〉給食は完全給食です。ご飯、箸、スプーンは保育所で用意します。おやつは午前と午後の2回です。

〈幼児組〉献立日の横に  マークがある日は箸とスプーンの両方を持たせてください。  の日はご飯はいりません。おやつは午後のみです。