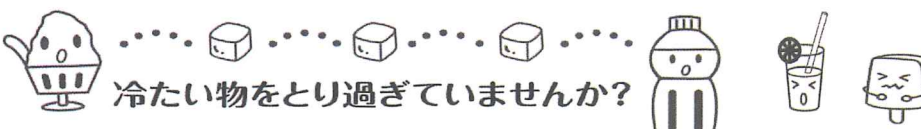


おきなわ地球こども園(一般)

2025年09月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
昼食	あわご飯 すまし汁(絹ごし,マツタ) 鮭のマヨネーズ焼 ひじき炒め パイン缶	麦ごはん すまし汁(白菜,トマト) 豚肉のしょうが焼 コールスローサラダ オレンジ	麦ごはん みそ汁(へちま,絹ごし) 魚てんぷら クーフイリチー りんご	麦ごはん みそ汁(玉ねぎ,じゃが芋) マーボー豆腐 胡瓜とカマの和え物 ベビーチーズ	麦ごはん チキンカレー フルーツサラダ	焼きそば
午後	酪農牛乳 もちもちドーナツ	酪農牛乳 ジャムパン	酪農牛乳 ちんすこう	酪農牛乳 マシュマロフレーク	酪農牛乳 シナモントースト	酪農牛乳 はちやぐみ
	8	9	10	11	12	13
昼食	麦ごはん みそ汁(白菜,シジ) 厚揚げのそぼろ煮 かぼちゃの含煮 りんご	麦ごはん みそ汁(冬瓜,カサ) サバの香味焼 野菜炒め(もやし,ひじき) すいか	お弁当	クファージュシー ゆし豆腐 松風焼き キャベツサラダ ベビーチーズ	あんかけ焼きそば すまし汁(カサ,豆腐) トマトサラダ バナナ	麦ごはん チキンカレー
午後	酪農牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	酪農牛乳 パン(きな粉クリーム)	野菜ジュースA&C ヨーグルトケーキ	酪農牛乳 人参クッキー	酪農牛乳 黒糖くずもち	酪農牛乳 かりんとう
	15	16	17	18	19	20
昼食	 敬老の日	スパゲティーミートソース 白菜と豚肉のスープ さつまいもの甘辛煮 バナナ	麦ごはん みそ汁(厚揚げ,水菜) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え りんご	麦ごはん みそ汁(冬瓜,カサ) 鮭のゴマ味噌焼き ブロッコリーソテー オレンジ	ロールパン クリームシチュー 切り干し大根サラダ バナナ	焼きそば
午後		酪農牛乳 あげパン(きな粉)	酪農牛乳 黒棒	酪農牛乳 スコーン(ほうれん草)	ほうじ茶 納豆みそおにぎり	酪農牛乳 はちやぐみ
	22	23	24	25	26	27
昼食	麦ごはん みそ汁(キャベツ,油揚げ) チキンのケチャップ煮 ゴーヤーちゃんぶるー りんご	秋分の日 	お弁当 	タコライス みそ汁(マツタ,麩) 粉ふき芋 バナナ	沖縄そば(野菜) 煮豆 バナナ	麦ごはん チキンカレー
午後	酪農牛乳 大学芋		酪農牛乳 お誕生日ケーキ	酪農牛乳 レーズンクッキー	酪農牛乳 ピザトースト	酪農牛乳 かりんとう
	29	30	 冷たい物を取り過ぎていませんか? 子どもは消化吸収が未発達なため、冷たい飲み物を取りすぎると胃腸の働きが低下し、食欲が落ちたり下痢を起こしやすくなります。 適温の飲み物での水分補給を心がけましょう。 			
昼食	麦ごはん 挽きわり納豆 チムシンジ タマナーチャンブルー バナナ	麦ごはん みそ汁(冬瓜,シジ) チキンママレード煮 野菜炒め(青菜) りんご				
午後	酪農牛乳 サーターアングギー	酪農牛乳 チーズ蒸しパン				

* ふたば組、つぼみ組→りんごはバナナへ変更 / かりんとうははちやぐみへ変更となります