

おきなわ地球こども園(一般)

2026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
昼食		麦ごはん みそ汁(冬瓜・ねぎ) 鶏のからあげ ポテトサラダ すいか	麦ごはん すまし汁(コマツ、しめじ) ピーマンと豚肉の味噌炒め トマトサラダ 梨	麦ごはん みそ汁(大根、きざみ揚げ) サバの香味焼 ブロッコリーソテー オレンジ	スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ かぼちゃサラダ バナナ	麦ごはん チキンカレー
午後		酪農牛乳 マシュマロフレーク	酪農牛乳 ホットドッグ	酪農牛乳 人参クッキー	酪農牛乳 シナモントースト	酪農牛乳 かりんとう
	7	8	9	10	11	12
昼食	麦ごはん みそ汁(キャベツ、じゃが芋) チキンマレード煮 人参しりしり バナナ	麦ごはん みそ汁(冬瓜、ねぎ) まぐろカツ ひじき炒め オレンジ	お弁当		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 大芋芋	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 レーズンクッキー	酪農牛乳 あげパン(ココア)	酪農牛乳 せんべい
	14	15	16	17	18	19
昼食	麦ごはん みそ汁(キャベツ、しめじ) 厚揚げのそぼろ煮 かぼちゃの含煮 すいか	タコライス なめこ汁 粉ふき芋 バナナ	麦ごはん みそ汁(白菜、シメジ) レバーのごまソースあえ 野菜炒め 梨	麦ごはん みそ汁(コマツ、えのき) 豚肉のしょうが焼 コールスローサラダ オレンジ	沖縄そば(三枚肉) 煮豆 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 じゃこトースト	アイスクリーム	酪農牛乳 ちんすこう	酪農牛乳 もちもちドーナツ	酪農牛乳 かりんとう
	21	22	23	24	25	26
昼食	 敬老の日	 国民の休日	 秋分の日	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	もずく丼 すまし汁(大根、ねぎ) 土佐和え ミニゼリー	焼きそば
午後				ほうじ茶 ツナマヨおにぎり	酪農牛乳 ジャムパン	酪農牛乳 はちやぐみ
	28	29	30	 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 からし菜チャンプルー バナナ	麦ごはん みそ汁(白菜、トマト) 松風焼き クーフィリチー すいか	お弁当 			
午後	酪農牛乳 サターアングダー	酪農牛乳 黒棒	酪農牛乳 お誕生日ケーキ			

* 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