



令和8年4月 給食 献立表



読谷村立保育所

- 【赤】体の血、肉、骨、歯をつくる食品 【黄】体の熱や力をつくる食品 【緑】体の調子を良くし病気にならないようにする食品
- 行事、食材の都合により献立を変更することがございます。
- 新規アレルギー発症予防のため、保育所で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします。

日付	曜日	献立名	材料と体内での働き			おやつ	
			あか 体の血、肉、骨、歯 をつくる	きいろ 体の熱や力をつくる	みどり 体の調子を良くし病気 にならないようにする	1～2歳児 午前10時	全児 午後3時
1	水	入園式 おめでとうございます	🌸 🌸 🌸 🌸 🌸 🌸 🌸 🌸				
2 16	木	カレーライス フルーツポンチ 玉ねぎと豆腐のスープ	鶏もも肉、絹ごし豆腐、卵、牛乳	米、押し麦、あわ、じゃが芋、なたね油、片栗粉、強力粉、オートミール、バター、三温糖	にんにく、しょうが、たまねぎ、人参、ブロッコリー、ミックスフルーツ、バナナ、えのき、ねぎ、レーズン、りんご	牛乳 あられ	オートミールクッキー りんご 牛乳
3 17	金	スパゲティナーポリタン ホキのオープン焼き 白菜のスープ	無塩せきポークウインナー、ホキ、プロセスチーズ、牛乳	スパゲッティ、マヨレ、じゃが芋、なたね油	にんにく、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、パセリ、赤ピーマン、はくさい、しいたけ、オレンジ	牛乳 クラッカー	ポテトフライ オレンジ 牛乳
4 11	土	ごはん 大根のそぼろ煮 玉ねぎとワカメのみそ汁	鶏・ひき肉、厚揚げ、豆乳、牛乳	米、あわ、押し麦、三温糖、なたね油、片栗粉、ホットケーキミックス	大根、人参、しいたけ、しょうが、たまねぎ、えのき、わかめ、ねぎ、バナナ	牛乳 ビスケット	ココアケーキ バナナ 牛乳
6 20	月	ごはん ひき肉と野菜のケチャップ炒め かぼちゃスープ キャロットゼリー	牛・ひき肉、豚・ひき肉、卵、豆乳、牛乳	米、あわ、押し麦、なたね油、じゃが芋、片栗粉、キャロットゼリー、三温糖、ホットケーキミックス	にんにく、たまねぎ、セロリ、人参、さやいんげん、かぼちゃ、こまつな、バナナ	牛乳 あられ	バナナケーキ 牛乳
7 21	火	クープジュシー いわしの梅煮 べつたら漬け 豚汁	シーチキン、豚Bロース肉、沖縄豆腐、卵、牛乳、枝豆	米、なたね油、いなむるちこんにやく、じゃが芋、三温糖、米油、小麦粉	刻み昆布、人参、しいたけ、べつたら漬、大根、長ねぎ、りんご	牛乳 クラッカー	サングワチグーシー りんご 牛乳
8 22	水	中華丼 餃子 わかめと豆腐のスープ	鶏もも肉、焼き目つき国産肉餃子SC24 10ヶ入、絹ごし豆腐、シーチキン、牛乳	米、押し麦、あわ、なたね油、片栗粉、食パン 8枚切り、マヨレ	たまねぎ、人参、しいたけ、はくさい、ピーマン、しょうが、わかめ、長ねぎ、コーン、きゅうり	牛乳 ビスケット	ツナサンド 牛乳
9 23	木	ごはん ホキの甘酢あんかけ きゅうりと春雨の和え物 じゃが芋のみそ汁	ホキ、無添加ポークランチョンミート、牛乳	米、あわ、押し麦、片栗粉、なたね油、三温糖、はるさめ、いりごま、白、じゃが芋	たまねぎ、きゅうり、もやし、人参、しめじ、ねぎ、バナナ	牛乳 あられ	スイートポテト バナナ 牛乳
10 24	金	野菜そば チキンのふーちばー焼き 焼き芋	豚Bロース肉、鶏もも肉(個数注文)、しらす、花かつお	沖縄そば、なたね油、マヨレ、パン粉、焼き芋、米、あわ、いりごま、白、三温糖	たまねぎ、きくらげ、キャベツ、人参、ニラ、もやし、よもぎ、塩昆布	牛乳 クラッカー	おかかおにぎり お茶
18 25	土	三色丼 大根と豆腐のみそ汁	豚・ひき肉、沖縄豆腐、牛乳	米、なたね油、三温糖、強力粉、黒砂糖	コーン、たまねぎ、人参、しいたけ、こまつな、大根、しめじ、ねぎ、レーズン、オレンジ	牛乳 ビスケット	黒糖アガラサー オレンジ 牛乳
13 27	月	ごはん 麻婆豆腐 カットコーン トマトの中華スープ	豚・ひき肉、沖縄豆腐、鶏もも肉、卵、プレーンヨーグルト、牛乳	米、あわ、押し麦、なたね油、三温糖、片栗粉、バター、小麦粉	しょうが、たまねぎ、しいたけ、ニラ、人参、トマト、長ねぎ、えのき、いちご、ジャム・低糖度りんご	牛乳 あられ	スコーン りんご 牛乳
14 28	火	コッペパン 白身魚フライ ブロッコリーソテー キャベツのクリームスープ	無塩せきベーコン、豆乳、シーチキン、焼きのり、魚フライ	DBコッペパン70(個包装)、じゃが芋、米粉、米、あわ、押し麦、三温糖	ブロッコリー、人参、コーン、たまねぎ、キャベツ、マッシュルーム、水煮、パセリ	牛乳 クラッカー	みそ入りおにぎり お茶
15 30	水 木	ごはん 鶏肉の照り焼き マカロニとポテトのサラダ ゆし豆腐汁	鶏もも肉(個数注文)、ゆし豆腐、もずく、塩抜き、牛乳	米、あわ、押し麦、三温糖、なたね油、じゃが芋、マカロニ、マヨレ、お米de豆乳プリンタルト	きゅうり、人参、たまねぎ、アーサ、ねぎ、バナナ	牛乳 ビスケット	お米de豆乳プリンタルト バナナ 牛乳

保育所給食の紹介

「成長発達に応じた食事」

離乳食はペーストやさざみ食からスタートし、発達に合わせて食形態を変えていきます。手づかみ食にも積極的に挑戦し食べる意欲を引き出します。幼児食は成長発達に応じて盛り付けや食材の切り方などを工夫し美味しく楽しく食べられる食事を提供します。

「食育」

日々の保育生活の中で、園庭での野菜の栽培や収穫、クッキングを行っています。また、和食を中心に、行事食や郷土料理を取り入れた献立としています。年長クラスは食育教室を通して食事マナーや栄養について学びます。

、厨房職員力をあわせて頑張ります



「伝統工芸やちむんの使用」

地元の伝統工芸であるやちむんを使用し、身近に触れることで物を大事に使う心を育てます。

「旬の食材、地元の食材の使用」

旬の食材や、読谷村産・沖縄県産の食材を中心に取り入れ、様々な食材、味に触れることができますようにしています。食材本来のおいしさを大切にし、薄味を心がけています。

「月に同じ献立を2回実施」

食べ慣れないメニューや食材も、繰り返し経験することで、少しずつ食べられるようになることをねらいとしています。