

日		曜日	料理名	赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	調味料	代替食
こども園 2026年5月1日(金)～2026年5月31日(日) 1. 予定献立表(アレルギー詳細)は、食品衛生法に定められている28品目を表示しています。 表示義務 9品目 表示の推奨 20品目 卵 乳 小麦 ソバ 落花生 エビ カニ クルミ カシューナッツ アワビ イカ イクラ オレンジ キウイ 牛肉 サケ サバ 大豆 鶏肉 バナナ モモ 山芋 リンゴ ゼラチン ゴマ アーモンド 豚肉 マカダミアナッツ ピ스타チオ ※海藻類(モズク・アーサー・シラス)は収穫の際、エビ、カニが混ざる漁法で採取されていることから、「エビ、カニ」が混入することがあります。 ※アサリには、カニが共生しています。 ※揚げ油に使用する油は、3回程度 同一の油を使用しています。(※前回使用した食材の成分が混入している可能性があります。) ※食品を製造する際に、原材料として使用していないにも関わらず、同じ製造ライン又は同じ製造工場内で生産されている別の製品のアレルギー物質が微量に混入してしまうことがあります。 これらについては記載しておりません。詳細については南天Okinawaまでお問合せ下さい。 アレルギー除去食を申請した保護者の皆様へ ★除去食提供日 ◎園で一部除去する日 ●代替食 ☑弁当持参日								
1	金	昼	中華料理 Ca強化ごはん 油淋鶏 切り干し大根のナムル 中華風コーンスープ お ミニたい焼き(こどもの日)	鶏肉	長ねぎ 切り干し大根、にんじん きゅうり スイートコーン、たまねぎ	精白米、カルシウム米 片栗粉、調合油、ごま油(ゴマ) はるさめ、ごま油(ゴマ) スイートコーンクリーム 片栗粉、ごま油(ゴマ)	にんにく、しょうが、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆) 料理酒、小麦粉(小麦)、穀物酢(小麦) 白ごま(ゴマ)、しょうゆ(小麦、大豆) 三温糖、穀物酢(小麦)、シママース シママース 種が「スープ」(鶏肉)、三温糖	
2	土	昼	ごはん FMうす味たれ付き肉団子(ケチャップ) 野菜ソテー ポトフ お みんなにやさしいプリン	肉団子(大豆、豚肉、鶏肉) 無塩せきベーコン(豚肉) 鶏肉 無塩せきウイナ(豚肉)	キャベツ、たまねぎ、スイートコーン にんじん、ほうれんそう にんじん、だいこん ブロッコリー	精白米 サラダ油 じゃがいも	しょうゆ(小麦、大豆) シママース、こしょう うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、こしょう シママース、ガラスープ(リンゴ、豚肉、鶏肉)	
7	木	昼	ロシア料理 Ca強化ごはん ボークストロガノフ ミニオンスポテト タンカンドレッシングのサラダ お 手作りレモンゼリー	豚肉	たまねぎ、にんじん、セロリ マッシュルーム だいこん、キャベツ、きゅうり、にんじん 黄桃(モモ)	米油 ミニオンスポテト、調合油 レモンゼリーの素	にんにく、小麦粉(小麦)、三温糖 マイルドデミグラスソース(小麦、鶏肉) ウスターソース(りんご)、トマトケチャップ ハヤシルウ(小麦、大豆、牛肉)、シママース ゆかた「レッシング」(小麦、大豆、りんご)、三温糖	
8	金	5.8 ゴーヤの日	Ca強化ごはん さばのしょうが焼き ゴーヤのツナマヨ和え もずくのみそ汁 お 米粉のカップケーキイゴ	さば ツナフレーク 絹厚揚げ(大豆)、かつお節	にがうり、きゅうり、たまねぎ だいこん、にんじん、スイートコーン もずく、たまねぎ、にんじん	精白米、カルシウム米 米粉の「カップケーキイゴ」(大豆)	しょうゆ(小麦、大豆)、しょうが、三温糖、みりん、料理酒 エッグケア(大豆)、三温糖 穀物酢(小麦)、シママース 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
9	土	昼	ごはん くるま鮫と鶏肉のナゲット ひき肉じゃが 白菜のみそ汁 お スティックタルトブルーベリー	くるま鮫と鶏肉のナゲット(小麦、大豆、鶏肉) 豚ひき肉(豚肉)、鶏ひき肉(鶏肉) 水戻し大豆ミンチ(大豆) 豚肉、かつお節	たまねぎ、にんじん グリーンピース はくさい、たまねぎ	精白米 じゃがいも、調合油 スティックタルト「ブルーベリー」(リンゴ、大豆)	が「スープ」(リンゴ、豚肉、鶏肉)、料理酒 みりん、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆) 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
11	月	昼	Ca強化ごはん 豆腐の野菜あんかけ からしなチャンプル 豚汁 お 手作りタンナファークル	厚揚げ(大豆)、かつお節 豚肉、チキアギ、系かつお 豚肉、かつお節 豆乳(大豆)	たまねぎ、にんじん、えのきたけ からしな、キャベツ、もやし、にんじん にんじん、だいこん、長ねぎ、こんにゃく	精白米、カルシウム米 片栗粉 調合油 里芋 調合油	しょうが、料理酒、みりん、三温糖、シママース、しょうゆ(小麦、大豆) しょうゆ(小麦、大豆)、シママース 三温糖、白みそ(大豆)、赤みそ(大豆) 小麦粉(小麦)、粉末黒糖、ベーキングパウダー	
12	火	昼	ナポリタン 国産ボークメンチ キャベツときゅうりの和え物 お 紅鮭菜めしおにぎり	無塩せきウイナ(豚肉) 国産ボークメンチ(小麦、大豆、豚肉、鶏肉、牛肉) キャベツ、きゅうり、もやし スイートコーン	たまねぎ、にんじん、トマト ピーマン、マッシュルーム	スパゲッティ(小麦) 調合油	にんにく、トマトケチャップ、ウスターソース(リンゴ) が「スープ」(リンゴ、豚肉、鶏肉)、シママース、こしょう、三温糖 琉球シークワサードレッシング(小麦、大豆、魚介類) しょうゆ(小麦、大豆)、穀物酢(小麦)、三温糖 紅鮭菜めし(ゴマ、サケ)	
13	水	昼	Ca強化ごはん そぼろ丼 あさりのみそ汁 オレンジ お お米deガトーショコラ	水戻し大豆ミンチ(大豆) 凍り豆腐(大豆)、豚肉、鶏肉 あさり、かつお節、沖縄豆腐(大豆)	にんじん、たまねぎ きくらげ、いんげん わかめ、長ねぎ オレンジ	精白米、カルシウム米 調合油、片栗粉	料理酒、しょうが、にんにく、みりん しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、シママース 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
14	木	韓国料理 Ca強化ごはん ヤンニョムチキン 中華サラダ 豆腐のスープ お スイートポテト(紫小町)	鶏肉 とりささみチキ(鶏肉) 鶏肉、絹ごし豆腐(大豆)	もやし、きゅうり、にんじん えのきたけ、しめじ にんじん、小松菜	精白米、カルシウム米 片栗粉、調合油、ごま油(ゴマ) はるさめ ごま油(ゴマ) スイートポテト	こしょう、しょうが、料理酒、小麦粉(小麦) トマトケチャップ、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆) コチジャン(大豆)、にんにく、白ごま(ゴマ) ドレッシング 韓国ナムル(ゴマ、大豆、小麦、豚肉、鶏肉) しょうゆ(小麦、大豆)、シママース 赤みそ(大豆)、チキンガラスープ(鶏肉)		

日	曜日	料理名	ざいりょう			調味料	代替食
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類		
15	金 昼	Ca強化ごはん			精白米, カルシウム米		
		ハンバーグのデミグラスソースかけ	うす味ハンバーグ(大豆, 豚肉, 鶏肉)	しめじ, しいたけ, エリンギ	調合油, 片栗粉	トマトケチャップ, 三温糖, しょうゆ(小麦, 大豆) マイルドデミグラスソース(小麦, 鶏肉) ウスターソース(りんご)	
		ひじきとひよこ豆のサラダ	ひよこまめ, ちくわ	ひじき, にんじん, きゅうり, ブロッコリー		うすくちしょうゆ(小麦, 大豆) 三温糖, エッグゲア(大豆), シママース, 白ごま(ゴマ)	
		ABCマカロニスープ	鶏肉	たまねぎ, にんじん, セロリ, トマト	マカロニ(小麦)	シママース, こしょう, 三温糖 うすくちしょうゆ(小麦, 大豆), チキンガラスープ(鶏肉)	
		お 手作りオレンジコリアスコン		オレンジ	オレンジジュース(オレンジ)	小麦粉(小麦), ココアパウダー, 乳なしマーガリン(大豆) グラニュー糖, ベーキングパウダー	
16	土 昼	ごはん			精白米		
		豚丼	豚肉	はくさい, にんじん, たまねぎ, もやし	片栗粉, 調合油	料理酒, シママース, にんにく, しょうゆ(小麦, 大豆), 三温糖, 赤みそ	
		具だくさん味噌汁	鶏肉, かつお節, 木綿豆腐(大豆)	だいこん, こんにゃく, 青ねぎ		白みそ(大豆) 赤みそ(大豆)	
		りんご		りんご		三温糖	
		お アンパンマンチョコムース			アンパンマンチョコムース(大豆, ほうろ)		
18	月 昼	Ca強化ごはん			精白米, カルシウム米		
		5種国産野菜コロッケ	5種国産野菜コロッケ(小麦, 大豆)		調合油		
		五目きんぴら	豚肉	ごぼう, にんじん こんにゃく, いんげん	調合油, ごま油(ゴマ)	穀物酢(小麦), 白ごま(ゴマ), 三温糖 しょうゆ(小麦, 大豆), 料理酒, みりん	
		青菜としめじのみそ汁	かつお節	小松菜, しめじ, たまねぎ, 長ねぎ		白みそ(大豆), 赤みそ(大豆)	
		お お米deシークワサータルト			お米deシークワサータルト(大豆)		
19	火 昼	麦ごはん			精白米, 押し麦		
		ヒレカツ	ヒレカツ(豚肉, 小麦, 大豆)		調合油		
		チキンカレー	鶏肉	たまねぎ, にんじん	じゃがいも, 米油, 調合油	にんにく, シママース, ウスターソース(りんご) カレールウ(アレルゲンフリー), トマトケチャップ	
		アセロラゼリー入りフルーツ和え		アセロラ, 黄桃(モモ), みかん フルーツカクテル(モモ), バイン			
		お 手作りピーチゼリー		黄桃(モモ)	ピーチゼリーの素		
20	水 昼	Ca強化ごはん			精白米, カルシウム米		
		ホキ天玉揚げ	ホキ天玉揚げ(小麦, 大豆)		調合油		
		鶏肉と大根の煮付け	鶏肉, 絹厚揚げ(大豆) かつお節	だいこん, にんじん, 結晶布 しいたけ, いんげん		シママース, 三温糖, みりん, しょうが しょうゆ(小麦, 大豆), 料理酒	
		キャベツとツナのごま和え	ツナフレーク	キャベツ, 切干しだいこん 小松菜, きゅうり, にんじん	ごま油(ゴマ)	白ごま(ゴマ), シママース, 三温糖 しょうゆ(小麦, 大豆) 穀物酢(小麦)	
		お フレンズクレープ チョコ味	フレンズクレープチョコ味(大豆)				
21	木 昼	Ca強化ごはん			精白米, カルシウム米		
		タマナーチャンプルー	木綿豆腐(大豆) 無塩せきコンビーフハッシュ(牛肉)	キャベツ, もやし, にんじん にら	調合油	しょうゆ(小麦, 大豆) シママース	
		ミミガーの和え物	豚肉	きゅうり, だいこん, もやし 小松菜, わかめ, シークワサー		三温糖, 穀物酢(小麦) 甘口白みそ(大豆)	
		シカムドゥチ	豚肉, かまぼこ, かつお節	こんにゃく, だいこん, しいたけ, ねぎ		うすくちしょうゆ(小麦, 大豆), シママース, しょうが ロード(大豆, 豚肉, 牛肉), 上白糖, 小麦粉(小麦)	
		お 手作りきなこちんすこう	きな粉(大豆)				
22	金 昼	中華ピラフ	鶏肉 無添加ハム(豚肉)	にんじん, たまねぎ しいたけ, グリンピース	精白米, 調合油, ごま油(ゴマ)	うすくちしょうゆ(小麦, 大豆), みりん しょうゆ(小麦, 大豆), 料理酒, シママース	
		ポークシュウマイ	国産ポークシュウマイ(豚肉, 小麦)				
		中華スープ	豚肉	にんじん, 小松菜 スイートコーン	はるさめ	シママース, チキンガラスープ(鶏肉), しょうゆ(小麦, 大豆) うすくちしょうゆ(小麦, 大豆), しょうが, 三温糖	
		果物(生バイン)		生バイン			
		お お芋屋さんのスイートポテト			スイートポテト		
23	土 昼	ごはん			精白米		
		コーンと大豆のわか物	コーンと大豆のメンチカツ(大豆, 豚肉, 鶏肉)		調合油		
		ブロッコリーときのこのソテー	豚肉	ブロッコリー, 三色ピーマン マッシュルーム, エリンギ	調合油, 片栗粉	しょうゆ(小麦, 大豆), 三温糖 シママース, こしょう	
		コンソメスープ	鶏肉	たまねぎ, はくさい にんじん		シママース, こしょう, しょうゆ(小麦, 大豆) チキンガラスープ(鶏肉), パセリ	
		お お米deバナナのスティックケーキ			お米deバナナのスティックケーキ(大豆, バナナ)		
25	月 昼	Ca強化ごはん			精白米, カルシウム米		
		赤魚の照り焼き	赤魚			こいくちしょうゆ(小麦, 大豆), みりん, 料理酒, 三温糖, しょうが	
		島野菜チャンプルー	豚肉, チキアギ(大豆) 糸かつお, 厚揚げ(大豆)	キャベツ, もやし パパイア, にんじん	調合油	しょうゆ(小麦, 大豆) シママース	
		大根ときのこのみそ汁	かつお節	しめじ, だいこん, はくさい, 長ねぎ		白みそ(大豆), 赤みそ(大豆)	
		お 米粉のカップケーキメープル			米粉のカップケーキメープル(りんご, 大豆)		



日	曜日	料理名	ざいりょう			調味料	代替食
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類		
26	火	昼	お弁当日				
		お	手作りオレンジシャーベット	ゼラチン		オレンジジュース(オレンジ)	ざらめ糖
27	水	昼	Ca強化ごはん				
			肉みそごぼう丼	合びき肉(豚肉,牛肉) 水戻し大豆ミンチ(大豆)	たまねぎ, たけのこ, スイートコーン にんじん, ごぼう, 小松菜	ごま油(ゴマ)	しょうが, トウバンジャン, しょうゆ(小麦,大豆) 料理酒, みりん, 三温糖, 赤みそ(大豆)
			けんちん汁	鶏肉, かつお節	だいこん, にんじん, ごぼう	里芋	シママース, 三温糖, しょうが, うすくちしょうゆ(小麦,大豆)
			りんご		りんご		三温糖
		お	ミニ今川焼きこしあん			ミニ今川焼きこしあん(小麦,大豆)	
28	木	昼	和風スパゲティー				
			和風スパゲティー	無塩漬ベーコン(豚肉)	たまねぎ, にんじん, しめじ 小松菜, きざみのり	スパゲッティ(小麦) 調合油	シママース, 料理酒, しょうが, みりん, にんにく しょうゆ(小麦,大豆), こしょう
			国産ささみカツ	国産ささみカツ(小麦,大豆,鶏肉)		調合油	
			彩りサラダ	無添加ハム(豚肉)	ブロッコリー, 赤パプリカ, キャベツ きゅうり, スイートコーン		かんきつドレッシング
			皿：みかんのココアクリームケーキ	豆乳(大豆) 豆乳ホイップ(大豆)	みかん	さつまいもペースト ホットケーキミックス(小麦) 乳なしマーガリン(大豆)	グラニュー糖, ココア ミルクココア(大豆)
		お	ゆかりおにぎり			精白米	ゆかり
29	金	昼	Ca強化ごはん				
			豚肉の生姜炒め	豚肉	たまねぎ, ピーマン 三色ピーマン, にんじん	調合油	しょうが, 三温糖, シママース みりん, 料理酒, しょうゆ(小麦,大豆)
			小松菜の和えもの	ちくわ, とりささみチン(鶏肉)	小松菜, にんじん, もやし		ゆずかつおドレッシング(小麦,大豆,りんご,豚肉,鶏肉)
			うちなみみそ汁	絹厚揚げ(大豆), 豚肉, かつお節	だいこん, にんじん, ほうれんそう		白みそ(大豆)
		お	黒糖ロール			黒糖ロール(小麦)	
30	土	昼	ごはん				
			ショールンポー	ショールンポー(小麦,大豆,ごま,豚肉)		精白米	
			八宝菜	豚肉	しいたけ, にんじん たけのこ, はくさい チンゲンサイ, ヤングコーン	ごま油(ゴマ), 調合油, 片栗粉	にんにく, シママース, オイスターソース(大豆,魚介類) しょうゆ(小麦,大豆), キンガラス(鶏肉), 三温糖, しょうが 中華ベース(小麦,大豆,ゴマ,鶏肉,豚肉,魚介類)
			春雨スープ	鶏肉	にんじん, チンゲンサイ	はるさめ	シママース, しょうが, しょうゆ(小麦,大豆) うすくちしょうゆ(小麦,大豆), チキンガラスープ(鶏肉)
		お	お米de国産もものタルト			お米de国産もものタルト(大豆,モモ)	