

令和8年 6月の献立表

《給食目標》 すききらいなく食べましょう



松阪市こども未来課保育幼稚園係

日	曜日	3歳未満児		献立名	午後おやつ	材 料 名		
		午前おやつ	主食			熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	月	フルーツ	ごはん	牛肉のしぐれ煮 きゅうりとじゃこの酢の物 玉ねぎのみそ汁	せんべい	米・油・さとう	ぎゅう肉・しらす干し・わかめ・油揚げ・豆腐・みそ・牛乳	こんにゃく・ごぼう・にんじん・しょうが・きゅうり・みかん缶・玉ねぎ・ねぎ
2	火	ビスケット	五目ごはん	五目ごはん スパゲティサラダ わかめのすまし汁	ホットケーキ	米・油・みりん・スパゲティ・マヨネーズ・ケーキミックス・バター・メープルシロップ	とり肉・油揚げ・ハム・わかめ・豆腐・牛乳	ごぼう・にんじん・干しいたけ・きゅうり・キャベツ・えのきたけ・玉ねぎ・ねぎ
3	水	あられ	ごはん	マーボー豆腐 トマトのナムル 型抜きチーズ	ウエハース ビスケット	米・片栗粉・さとう・油・ごま・ごま油	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・型抜きチーズ・牛乳	玉ねぎ・にら・にんじん・しょうが・干しいたけ・トマト・もやし・きゅうり
4	木	せんべい	ごはん	ハワイアンチキン ツナサラダ 野菜スープ	豆乳ココアプリン	米・みりん・マヨネーズ・さとう	とり肉・ツナ・豆腐・牛乳・ココア・調整豆乳	パイン缶・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・えのきたけ・粉寒天
5	金	フルーツ	ごはん	あじの南蛮漬け 豆腐のみそ汁 バナナ	あられ	米・片栗粉・油・ごま・さとう・ごま油	あじ・豆腐・白みそ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・キャベツ・バナナ
6	土	ビスケット	きつねうどん	きつねうどん ヨーグルト	せんべい	干しうどん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・ヨーグルト・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
8	月	フルーツ	ごはん	豚肉のバーベキューソース のり酢和え えのきのすまし汁	りんごゼリー	米・さとう・油	ぶた肉・ツナ・角のり・豆腐・牛乳・ゼラチン	ケチャップ・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ピーマン・きゅうり・えのきたけ・ねぎ・りんごジュース・粉寒天
9	火	あられ	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き ハムサラダ キャベツのスープ	ビスケット	米・オレンジマーマレード・油・マヨネーズ	とり肉・ハム・豆腐・牛乳	オレンジジュース・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ
10	水	せんべい	ごはん	豚肉と高野豆腐の煮物 和風サラダ あじさいゼリー	あられ	米・油・さとう・みりん・あじさいゼリー	ぶた肉・高野豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・きゅうり・キャベツ・パイン缶
11	木	ビスケット	ツナの和風パスタ	ツナの和風パスタ わかめスープ フルーツヨーグルトサラダ	小倉豆乳蒸しパン	スパゲティ・油・小麦粉・さとう	ツナ・きざみのり・わかめ・ベーコン・ヨーグルト・牛乳・甘納豆・調整豆乳	キャベツ・エリンギ・玉ねぎ・にんじん・にんにく・バナナ・パイン缶・みかん缶
12	金	チーズ	ごはん	さけのレモンじょうゆ焼き 五目きんぴら もやしのみそ汁	せんべい	米・さとう・みりん・ごま・ごま油	さけ・さつま揚げ・豆腐・みそ・牛乳	レモン果汁・しょうが・ねぎ・ごぼう・ピーマン・こんにゃく・にんじん・もやし・玉ねぎ
13	土	あられ	わかめうどん	わかめうどん ヨーグルト	ビスケット	干しうどん	とり肉・油揚げ・なると・わかめ・ヨーグルト・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
15	月	フルーツ	ごはん	鶏肉の照り焼き 野菜のごま和え あげとわかめのみそ汁	せんべい	米・油・みりん・ごま・さとう	とり肉・ちくわ・油揚げ・わかめ・みそ・牛乳	キャベツ・きゅうり・にんじん・玉ねぎ
16	火	あられ	ごはん	さわらの野菜ソースかけ マセドアンサラダ みだくさんすまし汁	ビスケット	米・さとう・じゃがいも・マヨネーズ	さわら・ハム・豆腐・わかめ・牛乳	ねぎ・しょうが・玉ねぎ・きゅうり・にんじん
17	水	せんべい	ドライカレー	ドライカレー チンゲンサイスープ バナナ	麩の変わりラスク	米・油・バター・グラニュー糖	合ひき肉・大豆・ウインナー・豆腐・牛乳・麩・あおのり	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ・チンゲンサイ・バナナ
18	木	ウエハース	ごはん	豚肉のさっぱり焼き 小松菜のサラダ 玉ねぎのすまし汁	豆腐入りドーナツ	米・さとう・みりん・油・マヨネーズ・ケーキミックス	ぶた肉・ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・しょうが・こまつな・キャベツ・もやし・にんじん・ねぎ
19	金	ヨーグルト	ごはん	油淋鶏 しそ和え 中華風スープ	ビスケット	米・片栗粉・油・さとう・ごま油	とり肉・豆腐・牛乳	ねぎ・しょうが・キャベツ・にんじん・しそ・玉ねぎ・にら
20	土	せんべい	きしめん	きしめん ヨーグルト	あられ	きしめん	とり肉・油揚げ・なると・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
22	月	ビスケット	ごはん	ひじきハンバーグ ポイル野菜 もやしスープ	せんべい	米・パン粉・さとう・油	合ひき肉・ひじき・調整豆乳・ウインナー・牛乳	玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・にんじん・もやし
23	火	あられ	ごはん	さけの塩焼き コールスローサラダ しめじのみそ汁	クープオレンジ	米・マヨネーズ・コーンスターチ・さとう	さけ・ハム・豆腐・わかめ・みそ・牛乳・ヨーグルト	きゅうり・キャベツ・しめじ・玉ねぎ・にんじん・レモン果汁・みかん缶
24	水	ビスケット	肉みそかけうどん	肉みそかけうどん ごま酢和え ミニゼリー（グレープ）	米粉のバナナケーキ	干しうどん・油・さとう・片栗粉・ごま油・ごま・米粉・ケーキミックス・ミニゼリー	ぶたひき肉・赤みそ・牛乳・調整豆乳	しょうが・にんじん・しいたけ・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・バナナ
25	木	フルーツ	ごはん	鶏肉のケチャップ焼き うの花炒り煮 麩入りすまし汁	あられ	米・さとう・みりん・油	とり肉・おから・油揚げ・麩・牛乳	ケチャップ・にんにく・干しいたけ・にんじん・ねぎ・玉ねぎ・しめじ・糸こんにゃく
26	金	フルーツ	ごはん	じゃがいものカレー煮 しのだ和え ヨーグルト	せんべい	米・じゃがいも・さとう・みりん	ぶた肉・さつま揚げ・油揚げ・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ケチャップ・キャベツ
27	土	あられ	かやくうどん	かやくうどん ヨーグルト	ビスケット	干しうどん	とり肉・油揚げ・わかめ・なると・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
29	月	せんべい	ごはん	鶏肉のレモン漬け おかか和え 豆腐のすまし汁	あられかりんとう	米・片栗粉・さとう・油・みりん・田舎あられ	とり肉・花かつお・豆腐・牛乳	レモン果汁・キャベツ・もやし・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
30	火	フルーツ	ごはん	さわらの煮つけ 野菜のごまマヨネーズ和え えのきのみそ汁	ビスケット	米・みりん・さとう・マヨネーズ・ごま	さわら・ちくわ・油揚げ・みそ・のむヨーグルト	しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・えのきたけ・玉ねぎ・ねぎ

※乳児クラスは午前と午後のおやつ時に牛乳を飲みます。

保育園の幼児クラスは午後おやつ時に、こども園の幼児クラスは給食時に牛乳を飲みます。

【毎月最後の平日】乳児クラスは午後おやつ時に、幼児クラスは牛乳のかわりにのむヨーグルトを飲みます。



※土曜半日保育の給食は、麺類と乳酸菌飲料（またはのむヨーグルト）、おやつはありません。

※園での手作りおやつの日には マークがついています。