

令和8年 9月の献立表

《給食目標》

よくかんで食べましょう



松阪市こども未来課保育幼稚園係

日	曜 日	3歳未満児 午 前 主 食		献 立 名	午後おやつ	材 料 名		
						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	火	せんべい	ごはん	豚肉のバーベキューソース おかか和え えのきのすまし汁	クープ  パイミン	米・さとう・油・コーン スターチ	ぶた肉・花かつお・豆腐・ 牛乳・ヨーグルト	ケチャップ・キャベツ・にんじん・ 玉ねぎ・ピーマン・もやし・えの き・ねぎ・レモン果汁・パイン缶・ みかん缶
2	水	チーズ	ごはん	牛肉のしぐれ煮 きゅうりとじゃこの酢の物 あげとにんじんのみそ汁	あおさの  パンケーキ	米・油・さとう・小麦粉	ぎゅう肉・しらす干し・わ かめ・油揚げ・みそ・牛 乳・あおさ・調整豆乳	こんにやく・ごぼう・にんじ ん・しょうが・きゅうり・みか ん缶・玉ねぎ・キャベツ
3	木	せんべい	ハヤシ ライス	ハヤシライス フルーツゼリー和え	ビスケット	米・じゃがいも・油・バ ター・小麦粉・さとう・ カットゼリー	ぶた肉・牛乳	玉ねぎ・にんじん・しめじ・ケ チャップ・みかん缶・パイン 缶・もも缶
4	金	フルーツ	ごはん	さわらの野菜ソースかけ マセドアンサラダ 豆腐のすまし汁	せんべい	米・さとう・じゃがい も・マヨネーズ	さわら・ハム・豆腐・牛乳	ねぎ・しょうが・たまねぎ・ きゅうり・にんじん
5	土	ビスケット	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
7	月	あられ	ごはん	チキンカツ ボイル野菜 なすのみそ汁	せんべい	米・マヨネーズ・小麦 粉・パン粉・油・さとう	とり肉・油揚げ・みそ・牛 乳	ケチャップ・キャベツ・にんじ ん・なす・玉ねぎ・ねぎ
8	火	フルーツ	肉みそか けうどん	肉みそかけうどん コールスローサラダ ヨーグルト	ビスケット ウエハース	干しうどん・油・さと う・片栗粉・マヨネーズ	ぶたひき肉・赤みそ・ハ ム・ヨーグルト・牛乳	しょうが・にんじん・しいた け・玉ねぎ・キャベツ・きゅう り
9	水	ビスケット	ごはん	煮込み風ハンバーグきのこソース チンゲンサイスープ 型抜きチーズ	せんべい	米・パン粉・油・さとう	合ひき肉・調整豆乳・ペー コン・型抜きチーズ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・ しめじ・ケチャップ・チンゲン サイ
10	木	あられ	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のサラダ みだくさんすまし汁	マカロニ  あべかわ	米・オレンジマーマレー ド・油・マヨネーズ・マ カロニ・さとう	とり肉・ベーコン・豆腐・ わかめ・牛乳・きな粉	オレンジジュース・こまつな・ キャベツ・もやし・にんじん・ 玉ねぎ・ねぎ
11	金	フルーツ	ごはん	さけの塩焼き 野菜とひじきの和えもの なめこのみそ汁	麩の  ココアラスク	米・さとう・ごま・バ ター・グラニュー糖	さけ・ちくわ・ひじき・豆 腐・赤みそ・牛乳・麩・コ コア	きゅうり・にんじん・キャベ ツ・もやし・なめこ・玉ねぎ・ ねぎ
12	土	ビスケット	かやくどん	かやくどん ヨーグルト	せんべい	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
14	月	せんべい	ごはん	鶏肉のから揚げ しそ和え 麩入りすまし汁	ビスケット	米・片栗粉・油	とり肉・麩・牛乳	しょうが・にんにく・キャベ ツ・にんじん・しそ・玉ねぎ・ しめじ・ねぎ
15	火	フルーツ	ごはん	さわらの煮つけ かぼちゃサラダ わかめのみそ汁	グレープ ゼリー 	米・みりん・さとう・マ ヨネーズ	さわら・ハム・わかめ・豆 腐・みそ・牛乳・ゼラチン	しょうが・かぼちゃ・にんじ ん・きゅうり・玉ねぎ・えの き・粉寒天・ぶどうジュース
16	水	せんべい	ごはん	豚肉と高野豆腐の煮もの ごま酢和え なし	あられ	米・油・みりん・さと う・ごま油・ごま	ぶた肉・高野豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・きゅ うり・もやし・なし
17	木	ビスケット	カレー ピラフ	カレーピラフ みだくさんスープ 豆乳プリン	チヂミ 	米・バター・豆乳プリ ン・ごま油・油・小麦 粉・みりん・ごま	とり肉・豆腐・牛乳・ちく わ	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ キャベツ・にら
18	金	ヨーグルト	ごはん	鶏ひき肉の照り焼き風 オリエンタルサラダ しめじのすまし汁	せんべい	米・さとう・みりん・パ ン粉・片栗粉・コーンフ レーク・油・ごま油	とりひき肉・調整豆乳・ツ ナ・豆腐・わかめ・牛乳	しょうが・玉ねぎ・ねぎ・キャ ベツ・にんじん・きゅうり・し めじ
19	土	せんべい	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・なると・油揚げ・ わかめ・ヨーグルト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
24	木	フルーツ	ごはん	タンドリーチキン そぼろあえ キャベツスープ	ホット ケーキ 	米・さとう・みりん・ ケーキミックス・バ ター・メープルシロップ	とり肉・ヨーグルト・ツ ナ・ウインナー・牛乳	ケチャップ・きゅうり・にんじ ん・キャベツ・玉ねぎ・しめじ
25	金	あられ	ごはん	さけのちゃんちゃん焼き そうめん汁 十五夜デザート	せんべい	米・バター・みりん・さ とう・そうめん・十五夜 デザート	さけ・みそ・牛乳	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・ピーマン・レモン果汁・え のき・ねぎ
26	土	ビスケット	とり南蛮 うどん	とり南蛮うどん ヨーグルト	あられ	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・ねぎ・玉ねぎ
28	月	フルーツ	ツナにんじ ん ライス	ツナにんじんライス ハムサラダ エリンギスープ	揚げパン 	米・バター・マヨネー ズ・ロールパン・油・さ とう	ツナ・ハム・豆腐・牛乳・ きな粉	にんじん・玉ねぎ・きゅうり・ キャベツ・エリンギ・パセリ
29	火	ウエハース	ごはん	あじのレモン漬け 野菜のごま和え 豆腐のみそ汁	せんべい	米・片栗粉・油・さと う・みりん・ごま	あじ・ちくわ・豆腐・わか め・みそ・牛乳	レモン果汁・キャベツ・きゅう り・にんじん・玉ねぎ
30	水	あられ	ごはん	豚肉のさっぱり焼き キャベツとコーンのサラダ 玉ねぎのすまし汁	ビスケット	米・さとう・みりん・ 油・マヨネーズ	ぶた肉・ちくわ・豆腐・の むヨーグルト	玉ねぎ・しょうが・キャベツ・ ホールコーン・にんじん・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。

