


令和2年

7月の献立表

《給食目標》 手をきれいに洗いましょう

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		
		午おやつ	主食			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	水	牛乳 フルーツ	ごはん	ポークビーンズ ひじきサラダ・すいか	牛乳 ビスケット	じゃがいも・さとう・マヨネーズ・ごま	ゆで大豆・ベーコン・豚ひき肉・ひじき・ツナ缶・牛乳	にんじん・玉ねぎ・トマト・ケチャップ・キャベツ・すいか
2	木	牛乳 せんべい	ごはん	豚肉と野菜のみそ煮 えのきのすまし汁・バナナ	牛乳 麩のラスク	じゃがいも・油・さとう・みりん・バター・グラニュー糖	ぶた肉・赤みそ・わかめ・つゆ麩・牛乳	しょうが・ピーマン・にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・えのき・ねぎ・バナナ
3	金	牛乳 あられ	夏野菜 カレー	夏野菜カレー フルーツムース	牛乳 ビスケット	米・油・バター・小麦粉・さとう・ムースペース	牛こま肉・チーズ・牛乳	しょうが・にんにく・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ・バナナ・パイン缶・みかん缶・もも缶
4	土			わかめうどん 乳酸菌飲料		干しうどん	とり肉・なると・わかめ・乳酸菌飲料	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
6	月	牛乳 フルーツ	ごはん	若鶏から揚げ しそ和え・もやしスープ	牛乳 ウエハース ビスケット	片栗粉・油	とり肉・豆腐・ベーコン・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・しそ・もやし・玉ねぎ
7	火	牛乳 あられ	五目寿司	五目寿司 お星様汁・セタデザート	牛乳 せんべい	すし米・さとう・みりん・ごま・そうめん・セタデザート	卵・ツナ缶・高野豆腐・のり・牛乳	きゅうり・にんじん・干しいたけ・オクラ・玉ねぎ・えのき
8	水	牛乳 ビスケット	ごはん	鶏の照り焼き・切干大根煮 わかめのみそ汁	牛乳 茹でとうもろこし	油・みりん・さとう	とり肉・さつま揚げ・わかめ・豆腐・みそ・牛乳	切干大根・にんじん・かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・とうもろこし
9	木	牛乳 あられ	ごはん	豚肉のバーベキューソース みだくさんスープ・ヨーグルト	牛乳 豆腐入りドーナツ	さとう・ケーキミックス・油・粉糖	ぶた肉・ベーコン・ヨーグルト・牛乳・豆腐	ケチャップ・キャベツ・にんじん・たまねぎ・ピーマン・しめじ・パセリ
10	金	牛乳 フルーツ	ごはん	さけのマヨネーズ焼き 和風サラダ・玉ねぎのみそ汁	牛乳 ビスケット	マヨネーズ・油・さとう	さけ・みそ・豆腐・油揚げ・牛乳	玉ねぎ・パセリ・きゅうり・キャベツ・にんじん・パイン缶・なす・ねぎ
11	土			とり南蛮うどん 乳酸菌飲料		干しうどん	とり肉・油揚げ・なると・乳酸菌飲料	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
13	月	牛乳 せんべい	スパゲティ ミートソース	スパゲティミートソース キャベツとコーンのサラダ じゃがいも入り野菜スープ	牛乳 ホットケーキ	スパゲティ・油・小麦粉・マヨネーズ・じゃがいも・ケーキミックス・バター・メープルシロップ	合ひき肉・ベーコン・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・コーン缶
14	火	牛乳 チーズ	ごはん	さわらのみそ焼き ばんさんすう・夏野菜のみそ汁	牛乳 ビスケット	みりん・はるさめ・ごま・さとう・ごま油	さわら・白みそ・ハム・卵・油揚げ・みそ・牛乳	きゅうり・にんじん・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・さやいんげん
15	水	牛乳 あられ	ごはん	パンパンジー わかめスープ・メロン	牛乳 ジャムサンド	さとう・ねりごま・ごま油・食パン・いちごジャム	とり肉・わかめ・ベーコン・牛乳	きゅうり・にんじん・もやし・ねぎ・玉ねぎ・キャベツ・メロン
16	木	ヨーグルト	ごはん	スコップコロケ (南瓜) 昆布和え・豆腐のみそ汁	牛乳 せんべい	パン粉・油	合ひき肉・チーズ・調整豆乳・塩こしんぶ・豆腐・みそ・牛乳	かぼちゃ・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・えのき・もやし・ねぎ
17	金	牛乳 あられ	ごはん	油淋鶏・キャベツのごま和え 麩入りすまし汁	牛乳 ビスケット	片栗粉・油・さとう・ごま油・ごま	とり肉・まめ麩・わかめ・牛乳	白ねぎ・しょうが・キャベツ・もやし・にんじん・たまねぎ・えのき
18	土			きつねうどん 乳酸菌飲料		干しうどん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・乳酸菌飲料	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
20	月	牛乳 せんべい	ごはん	豚肉のみそ炒め めひび汁・バナナ	牛乳 クープオレンジ	さとう・みりん・油・コーンスターチ	ぶた肉・赤みそ・めひび・豆腐・牛乳・ヨーグルト	しょうが・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ピーマン・えのき・ねぎ・バナナ・レモン・みかん缶
21	火	牛乳 ビスケット	ごはん	さんまのかば焼き・トマトのナムル とうがん入りすまし汁	牛乳 あられ	片栗粉・油・さとう・みりん・ごま・ごま油	さんま・豆腐・牛乳	トマト・きゅうり・もやし・にんじん・とうがん・玉ねぎ・ねぎ
22	水	牛乳 フルーツ	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き 野菜のごまマヨネーズ和え モロヘイヤスープ	牛乳 せんべい	油・オレンジマーマレード・マヨネーズ・ごま	とり肉・ちくわ・ベーコン・豆腐・牛乳	オレンジジュース・きゅうり・キャベツ・にんじん・モロヘイヤ・玉ねぎ
25	土			きしめん 乳酸菌飲料		きしめん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・乳酸菌飲料	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
27	月	牛乳 フルーツ	ごはん	煮込み風ハンバーグ夏野菜ソース レタススープ・豆乳プリン	牛乳 あられ	パン粉・油・さとう	合ひき肉・調整豆乳・豆腐・ベーコン・豆乳プリン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・なす・ケチャップ・レタス
28	火	牛乳 ウエハース	ごはん	あじのレモン漬け スパゲティサラダ・なすのみそ汁	牛乳 せんべい	片栗粉・油・さとう・みりん・スパゲティ・マヨネーズ	あじ・ハム・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	レモン・きゅうり・みかん缶・キャベツ・なす・玉ねぎ・にんじん・ねぎ
29	水	牛乳 ビスケット	ごはん	マーボーなす・型抜きチーズ トマトときゅうりの甘酢和え	牛乳 豆乳もち	片栗粉・さとう・油	豚ひき肉・豆腐・赤みそ・型抜きチーズ・牛乳・調整豆乳・きな粉	なす・玉ねぎ・にんじん・しょうが・干しいたけ・トマト・きゅうり
30	木	牛乳 せんべい	わかめ ごはん	わかめごはん 冷しゃぶサラダ・南瓜のみそ汁	牛乳 グレーゼリー	米・さとう・ねりごま・ごま油	炊き込みわかめ・しらす干し・ぶた肉・豆腐・赤みそ・牛乳・ゼラチン・生クリーム	キャベツ・きゅうり・にんじん・ねぎ・かぼちゃ・玉ねぎ・粉寒天・ぶどうジュース
31	金	牛乳 フルーツ	ごはん	鶏のさっぱり焼き マセドアンサラダ・豆腐のすまし汁	アイスクリーム	さとう・みりん・じゃがいも・マヨネーズ	とり肉・ハム・豆腐・アイスクリーム	しょうが・きゅうり・にんじん・みかん缶・玉ねぎ・ねぎ・えのき

※保育園での手作りおやつの日には  マークがついています。

【食材の入荷状況により、献立内容を変更することがありますのでご了承ください】

【給食に使用する主要食材の産地を、各保育園において公表しています】

