

令和2年

# 8月の献立表





土曜日保育

【給食目標】

朝ごはんはしっかり食べましょう

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<br>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  | 土  | 牛乳<br>ビスケット  | とり南蛮<br>うどん  | とり南蛮うどん<br>乳酸菌飲料                     | 牛乳<br>あられ  | 干しうどん   | とり肉・油揚げ・かまぼ<br>こ・乳酸菌飲料                | にんじん・ねぎ・玉ねぎ  |
| 3  | 月  | 牛乳<br>せんべい   | ごはん          | ミートグラタン<br>しそ和え・豆腐入りスープ              | 牛乳<br>ビスケット  | マカロニ・じゃが芋・<br>バター・小麦粉                         | ぶたひき肉・チーズ・<br>ベーコン・豆腐・わか<br>め・牛乳      | 玉ねぎ・トマトピューレ・ケ<br>チャップ・にんじん・キャベツ・<br>しそ                               |
| 4  | 火  | 牛乳<br>フルーツ   | ごはん          | さわらの煮つけ<br>はるさめサラダ・夏野菜みそ汁            | 牛乳 <br>茹でとうもろこし   | みりん・さとう・はる<br>さめ・マヨネーズ                        | さわら・ハム・油揚げ・<br>みそ・牛乳                  | しょうが・きゅうり・みかん缶・<br>キャベツ・にんじん・かぼちゃ・<br>なす・玉ねぎ・とうもろこし                  |
| 5  | 水  | 牛乳<br>フルーツ   | ごはん          | 豚肉とキャベツのみそ炒め<br>そうめん汁・ヨーグルト          | 牛乳<br>あられ  | 油・さとう・みりん・<br>そうめん                            | ぶた肉・赤みそ・なる<br>と・ヨーグルト                 | しょうが・キャベツ・青ピーマ<br>ン・にんじん・ねぎ・玉ねぎ                                      |
| 6  | 木  | 牛乳<br>せんべい   | 五目ごはん        | 五目ごはん・豆腐のみそ汁<br>野菜のごまマヨネーズ和え         | 牛乳 <br>マカロニあべかわ   | 米・油・みりん・マヨ<br>ネーズ・ごま・マカロ<br>ニ・さとう             | ツナ缶・油揚げ・ちく<br>わ・豆腐・みそ・牛乳・<br>きな粉      | ごぼう・にんじん・干しいた<br>け・きゅうり・キャベツ・玉ね<br>ぎ・えのき・ねぎ                          |
| 7  | 金  | 牛乳<br>ビスケット  | ごはん          | みそハンバーグ<br>昆布和え・野菜スープ                | 牛乳<br>あられ  | 油・さとう・パン粉                                     | 合びき肉・調整豆乳・み<br>そ・塩昆布・ベーコン・<br>牛乳      | 玉ねぎ・キャベツ・にんじん  |
| 8  | 土  | 牛乳<br>せんべい   | わかめ<br>うどん   | わかめうどん<br>乳酸菌飲料                      | 牛乳<br>ビスケット  | 干しうどん   | とり肉・なると・わか<br>め・乳酸菌飲料                 | にんじん・玉ねぎ・ねぎ  |
| 11 | 火  | 牛乳<br>フルーツ   | ごはん          | さけのレモンしょうゆ焼き<br>ハムサラダ・盆汁             | 牛乳<br>あられ  | さとう・みりん・ご<br>ま・マヨネーズ                          | さけ・ハム・油揚げ・豆<br>腐・みそ・牛乳                | レモン・しょうが・白ねぎ・きゅ<br>うり・にんじん・キャベツ・かほ<br>ちや・なす・盆さげ・ごぼう                  |
| 12 | 水  | 牛乳<br>ビスケット  | ピラフ          | ピラフ<br>豆乳スープ・バナナ                     | 牛乳 <br>南瓜豆乳ケーキ    | 米・バター・じゃが<br>芋・さとう・油・ケー<br>キミックス              | とり肉・ベーコン・調整<br>豆乳・牛乳                  | 玉ねぎ・にんじん・青ピーマン・<br>パセリ・バナナ・かぼちゃ                                      |
| 13 | 木  | 牛乳<br>せんべい   | ごはん          | 豚肉の生姜焼き<br>ポテトサラダ・玉ねぎのすまし汁           | 牛乳<br>ビスケット  | みりん・油・じゃが<br>芋・マヨネーズ                          | ぶた肉・ハム・豆腐・わ<br>かめ・牛乳                  | しょうが・キャベツ・にんじん・<br>玉ねぎ・青ピーマン・きゅうり・<br>しめじ・ねぎ                         |
| 14 | 金  | 自由献立         |              |                                      |                 |   |                                       |  |
| 15 | 土  | 牛乳<br>ビスケット  | きつね<br>うどん   | きつねうどん<br>乳酸菌飲料                      | 牛乳<br>あられ  | 干しうどん   | とり肉・油揚げ・かまぼ<br>こ・乳酸菌飲料                | にんじん・玉ねぎ・ねぎ  |
| 17 | 月  | 牛乳<br>せんべい   | ごはん          | タンドリーチキン<br>トマトのナムル・もやしスープ           | 牛乳<br>ビスケット  | ごま・さとう・ごま油                                    | とり肉・ヨーグルト・<br>ベーコン・豆腐・牛乳              | ケチャップ・トマト・きゅうり・<br>もやし・にんじん・キャベツ・玉<br>ねぎ                             |
| 18 | 火  | 牛乳<br>あられ    | ごはん          | 豚肉のソースマリネ<br>キャベツスープ・すいか             | 牛乳 <br>クープパイミン  | 油・さとう・コーンス<br>ターチ                             | ぶた肉・ウインナー・牛<br>乳・ヨーグルト                | 玉ねぎ・にんじん・青ピーマン・<br>しめじ・ケチャップ・キャベツ・<br>もやし・すいか・レモン・パイン<br>缶・みかん缶      |
| 19 | 水  | 牛乳<br>せんべい   | ごはん          | 大豆のかき揚げ<br>たたききゅうり・わかめのすまし汁          | 牛乳<br>ウエハース<br>ビスケット   | 小麦粉・マヨネーズ・<br>油・さとう・ごま油                       | ゆで大豆・ちくわ・豆<br>腐・わかめ・つゆ麩・牛<br>乳        | 青ピーマン・玉ねぎ・にんじん・<br>きゅうり・えのき  |
| 20 | 木  | 牛乳<br>チーズ    | 肉みそかけ<br>うどん | 肉みそかけうどん<br>トマトときゅうりの甘酢和え<br>白桃フレッシュ | 牛乳 <br>じゃこトースト  | 干しうどん・油・さと<br>う・片栗粉・白桃フ<br>レッシュ・食パン・マ<br>ヨネーズ | ぶた肉・赤みそ・牛乳・<br>しらす干し                  | しょうが・にんじん・生しいた<br>け・玉ねぎ・トマト・きゅうり・<br>パセリ                             |
| 21 | 金  | 牛乳<br>フルーツ   | ごはん          | あじのカレームニエル<br>かぼちゃ煮・めひび汁             | 牛乳<br>あられ  | 小麦粉・バター・さと<br>う                               | あじ・めひび・豆腐・つ<br>ゆ麩・牛乳                  | かぼちゃ・玉ねぎ・にんじん・え<br>のき・ねぎ   |
| 22 | 土  | 牛乳<br>せんべい   | かやく<br>うどん   | かやくうどん<br>乳酸菌飲料                      | 牛乳<br>ビスケット  | 干しうどん   | とり肉・油揚げ・なる<br>と・乳酸菌飲料                 | にんじん・ねぎ・玉ねぎ  |
| 24 | 月  | 牛乳<br>ウエハース  | ごはん          | 肉じゃが<br>ごま酢和え・型抜きチーズ                 | 牛乳 <br>りんごゼリー   | じゃが芋・油・さと<br>う・みりん・ごま油・<br>ごま                 | ぎゅう肉・型抜きチー<br>ズ・牛乳・ゼラチン・生<br>クリーム     | 玉ねぎ・にんじん・さやいんげ<br>ん・糸こんにゃく・きゅうり・も<br>やし・粉寒天・りんごジュース                  |
| 25 | 火  | 牛乳<br>せんべい   | 夏野菜<br>カレー   | 夏野菜カレー<br>フルーツヨーグルトサラダ               | 牛乳<br>ビスケット  | 米・油・バター・小麦<br>粉・さとう                           | とり肉・チーズ・牛乳・<br>ヨーグルト                  | しょうが・にんにく・かぼちゃ・<br>なす・玉ねぎ・にんじん・青ピー<br>マン・ケチャップ・バナナ・みか<br>ん缶・もも缶・パイン缶 |
| 26 | 水  | 牛乳<br>あられ    | ごはん          | マーボー豆腐・梨<br>きゅうりとじゃこの酢の物             | 牛乳<br>せんべい   | 片栗粉・さとう・油                                     | ぶたひき肉・豆腐・赤み<br>そ・しらす干し・ちく<br>わ・わかめ・牛乳 | 玉ねぎ・にら・にんじん・しょう<br>が・干しいたけ・きゅうり・な<br>し                               |
| 27 | 木  | 牛乳<br>ヨーグルト  | ごはん          | チキンカツ<br>ポイル野菜・冬瓜入りすまし汁              | 牛乳 <br>あられかんとどう | マヨネーズ・小麦粉・<br>パン粉・油・さとう・<br>田舎あられ・黒さとう        | とり肉・わかめ・豆腐・<br>牛乳                     | ケチャップ・キャベツ・にんじ<br>ん・とうがん・玉ねぎ   |
| 28 | 金  | 牛乳<br>フルーツ   | ごはん          | 鮭の塩焼き・かぼちゃサラダ<br>なすのみそ汁              | 牛乳<br>ビスケット  | マヨネーズ   | さけ・ハム・油揚げ・豆<br>腐・赤みそ・牛乳               | かぼちゃ・にんじん・きゅうり・<br>なす・玉ねぎ・ねぎ   |
| 29 | 土  | 牛乳<br>あられ    | きしめん         | きしめん<br>乳酸菌飲料                        | 牛乳<br>せんべい   | きしめん  | とり肉・油揚げ・かまぼ<br>こ・乳酸菌飲料                | にんじん・ねぎ・玉ねぎ  |
| 31 | 月  | 牛乳<br>フルーツ   | ごはん          | 鶏肉のさっぱり焼き<br>オリエンタルサラダ・えのきのみそ汁       | のむヨーグルト<br>ビスケット   | さとう・みりん・コー<br>ンフレーク・油・ごま<br>油                 | とり肉・ツナ缶・わか<br>め・みそ・のむヨーグル<br>ト        | しょうが・キャベツ・きゅうり・<br>にんじん・玉ねぎ・えのき・ねぎ<br>ト                              |

※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】

