



令和2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		献立名	午後おやつ	材 料 名		
		午おやつ	主食			ぎ	あか	みどり
1	火	牛乳 ビスケット	ごはん	さわらの照り焼き ひじきの炒り煮・豆乳みそ汁	牛乳 フルーツあんみつ	熟と力になるもの みりん・さとう・油	血や肉や骨になるもの さわら・ゆで大豆・ひじき・さつま揚げ・豆腐・調整豆乳・みそ・牛乳・バナナ・みかん缶・パン缶 ゆであずき缶	体の調子を整えるもの しょうが・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ・粉寒天・もも缶・バナナ・みかん缶・パン缶
2	水	牛乳 フルーツ	カレーライス	カレーライス ツナサラダ	牛乳 あられ	米・油・じゃが芋・バター・小麦粉・さとう・マヨネーズ	ぎゅうこま肉・チーズ・牛乳・ツナ缶	しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・きゅうり・キャベツ
3	木	牛乳 せんべい	ごはん	豚肉のみそ炒め 冬瓜入りすまし汁・梨	牛乳 揚げパン	さとう・みりん・油・ロールパン	ぶた肉・赤みそ・わかめ・豆腐・きなこ・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ピーマン・冬瓜・梨
4	金	牛乳 あられ	ごはん	鶏肉のごまからめ 和風サラダ・玉ねぎのみそ汁	牛乳 せんべい	片栗粉・油・さとう・みりん・ごま	とり肉・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・パン缶・玉ねぎ・なす・ねぎ
5	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
7	月	牛乳 せんべい	ごはん	マーボーなす 三色ナムル・巨峰	牛乳 ココアケーキ	片栗粉・さとう・油・ごま・ごま油・小麦粉	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・ココア・牛乳	なす・玉ねぎ・にら・にんじん・しょうが・干しいたけ・きゅうり・もやし・巨峰
8	火	牛乳 フルーツ	ごはん	さけのマリネ 金時豆の甘煮・豆腐のみそ汁	牛乳 ビスケット	片栗粉・油・さとう・みりん	さけ・金時豆・豆腐・みそ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・レモン果汁・キャベツ・ねぎ
9	水	ヨーグルト	ごはん	ハワイアンチキン 野菜のごま和え・麩入りすまし汁	牛乳 あられ	みりん・ごま・さとう	とり肉・ちくわ・まめ麩・わかめ・牛乳	パン缶・キャベツ・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・えのき
10	木	牛乳 ウエハース	ごはん	豚肉のバーベキューソース そばろ和え・もやしスープ	牛乳 クープピーチオレンジ	さとう・油・みりん・コーンスターチ	ぶた肉・ツナ缶・ベーコン・豆腐・牛乳・ヨーグルト	ケチャップ・にんにく・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ピーマン・きゅうり・もやし・しめじ・レモン果汁・もも缶・みかん缶
11	金	牛乳 あられ	ピビンバ丼	ピビンバ丼 キャベツスープ・型抜きチーズ	牛乳 せんべい	米・さとう・みりん・ごま油・油・ごま	ぶたひき肉・卵・赤みそ・ウインナー・型抜きチーズ・牛乳	にんにく・しょうが・もやし・にんじん・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・しめじ・パセリ
12	土			かやくうどん 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
14	月	牛乳 ビスケット	ごはん	おやこ煮 ハムサラダ・バナナ	牛乳 オレンジゼリー	さとう・マヨネーズ	とり肉・卵・高野豆腐・ハム・ゼラチン・生クリーム・牛乳	玉ねぎ・干しいたけ・にんじん・ねぎ・きゅうり・キャベツ・粉寒天・オレンジジュース・バナナ
15	火	牛乳 チーズ	ごはん	さばの竜田揚げ・もやしのみそ汁 トマトときゅうりの甘酢和え	牛乳 ビスケット	片栗粉・油・さとう	さば・油揚げ・みそ・牛乳	しょうが・トマト・きゅうり・もやし・玉ねぎ・キャベツ・にんじん・ねぎ
16	水	牛乳 あられ	ごはん	ハンバーグきのこソース 野菜スープ・和梨ゼリー	牛乳 せんべい	パン粉・油・さとう・和梨ゼリー	合びき肉・調整豆乳・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・しめじ・ケチャップ・キャベツ
17	木	牛乳 せんべい	牛肉とごぼうの混ぜごはん	牛肉とごぼうの混ぜごはん キャベツサラダ・そうめん汁	牛乳 ヨーグルトケーキ	米・さとう・マヨネーズ・ごま・そうめん・ケーキミックス	ぎゅうこま肉・ベーコン・豆腐・ヨーグルト・牛乳	ごぼう・しょうが・きゅうり・キャベツ・もやし・にんじん・玉ねぎ・なす・ねぎ
18	金	牛乳 フルーツ	ごはん	鶏肉のアングレース しそ和え・わかめスープ	牛乳 ウエハース ビスケット	片栗粉・油・さとう・パン粉	とり肉・わかめ・ウインナー・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・しそ・玉ねぎ
19	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
23	水	牛乳 せんべい	焼きそば	焼きそば・ヨーグルト じゃが芋入り野菜スープ	牛乳 ジャムサンド	油中華そば・油・じゃが芋・食パン・ジャム	ぶた肉・ちくわ・青のり・花かつお・ベーコン・ヨーグルト・牛乳	ピーマン・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ケチャップ
24	木	牛乳 フルーツ	ごはん	とりみそ焼き・スパゲティサラダ えのきのすまし汁	牛乳 あられ	さとう・みりん・油・スパゲティ・マヨネーズ	とり肉・赤みそ・ハム・わかめ・豆腐・牛乳	キャベツ・にんじん・にら・にんにく・きゅうり・えのき・玉ねぎ・ねぎ
25	金	牛乳 ビスケット	ごはん	あじフライケチャップソース ポイル野菜・夏野菜みそ汁	牛乳 せんべい	マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油・さとう	あじ・油揚げ・みそ・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじん・かぼちゃ・なす・玉ねぎ
26	土			とり南蛮うどん 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・ねぎ・玉ねぎ
28	月	牛乳 フルーツ	ごはん	バンバンジー なすのみそ汁・十五夜ゼリー	牛乳 豆乳もち	さとう・ねりごま・ごま油・十五夜ゼリー・片栗粉	とり肉・豆腐・油揚げ・赤みそ・調整豆乳・きなこ・牛乳	きゅうり・にんじん・もやし・ねぎ・なす・玉ねぎ
29	火	牛乳 ビスケット	ごはん	スコップコロック 昆布和え・豆腐入りスープ	牛乳 あられ	じゃが芋・みりん・パン粉・油	合びき肉・チーズ・調整豆乳・塩昆布・ウインナー・豆腐・わかめ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ
30	水	牛乳 せんべい	ごはん	若鶏の照り焼き・かぼちゃサラダ わかめのみそ汁	のむヨーグルト ビスケット	油・みりん・マヨネーズ	とり肉・ハム・豆腐・わかめ・つゆ麩・のむヨーグルト	かぼちゃ・にんじん・きゅうり・えのき・玉ねぎ

※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】