

令和3年

2月の献立表



《給食目標》 食べたあとのかたづけをしましょう

松阪市こども局こども未来課保育幼稚園係

日	曜日	主食	献立名	材 料 名			
				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	月	ごはん	豚肉のバーベキューソース スパゲティサラダ・きのこのすまし汁	牛乳	さとう・油・スパゲティ・マヨネーズ	ぶた肉・ハム・豆腐・牛乳	ケチャップ・にんにく・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・きゅうり・にんじん・えのき・しめじ・ねぎ
2	火	ごはん	あじフライケチャップソース ポイル野菜・じゃが芋入り野菜スープ	牛乳	マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油・さとう・じゃがいも	あじ・ウインナー・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじん・ブロッコリー・玉ねぎ
3	水	大豆 ごはん	大豆ごはん・鶏肉のさっぱり焼き しそ和え・大根のみそ汁	牛乳	米・みりん・さとう	ひじき・ゆで大豆・油揚げ・とり肉・豆腐・わかめ・みそ・牛乳	にんじん・しょうが・キャベツ・しそ・だいこん・玉ねぎ・ねぎ
4	木	ごはん	厚揚げと野菜のそぼろ煮 ツナサラダ・バナナ	牛乳	油・さとう・みりん・片栗粉・マヨネーズ	厚揚げ・ぶたひき肉・ツナ缶・牛乳	玉ねぎ・にんじん・だいこん・ほうれんそう・キャベツ・バナナ
5	金	ごはん	鶏肉とポテトのレモン和え 豆腐のすまし汁・型抜きレアチーズ	牛乳	片栗粉・油・じゃがいも・さとう・みりん	とり肉・豆腐・型抜きレアチーズ・牛乳	レモン果汁・玉ねぎ・にんじん・ねぎ・えのき
8	月	ごはん	おやこ煮・レモンゼリー なばなのごまマヨネーズ和え	牛乳	さとう・マヨネーズ・ごま・レモンゼリー	とり肉・卵・高野豆腐・牛乳	玉ねぎ・干しいたけ・にんじん・ねぎ・なばな・キャベツ・りんご
9	火	ごはん	さけの塩焼き・けんちん汁 ほうれんそうのごま和え	牛乳	ごま・さとう・さといも・油	さけ・ちくわ・とり肉・豆腐・牛乳	ほうれんそう・はくさい・にんじん・ごんやく・だいこん・ごぼう・ねぎ
10	水	ハヤシ ライス	ハヤシライス コールスローサラダ	牛乳	米・じゃがいも・油・バター・小麦粉・さとう・マヨネーズ	ぶた肉・ハム・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・キャベツ・きゅうり
12	金	ごはん	ぶりの照り焼き・卵の花の炒り煮 じゃが芋のみそ汁	牛乳	みりん・さとう・じゃがいも	ぶり・おから・油揚げ・白みそ・牛乳	しょうが・干しいたけ・にんじん・糸こんにゃく・ねぎ・ごまつな・玉ねぎ
15	月	ごはん	ポークビーンズ ほうれんそうサラダ・りんご	牛乳	じゃがいも・油・さとう・マヨネーズ	ゆで大豆・ぶたひき肉・ツナ缶・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・ほうれんそう・キャベツ・りんご
16	火	ごはん	スコップコロッケ 白菜の昆布和え・豆腐入りスープ	牛乳	じゃがいも・みりん・パン粉・油	合ひき肉・チーズ・調整豆乳・塩昆布・ベーコン・豆腐・わかめ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・はくさい・しめじ
17	水	肉うどん	肉うどん・なばなの和え物 ヨーグルト	牛乳	干しうどん・油・さとう・ごま油・ごま	ぎゅう肉・油揚げ・かまぼこ・ハム・ヨーグルト・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ・キャベツ・なばな・りんご
18	木	ごはん	油淋鶏・ごま和え大根 みだくさんスープ	牛乳	片栗粉・油・さとう・ごま油・油揚げ・ごま	とり肉・ベーコン・牛乳	白ねぎ・しょうが・だいこん・にんじん・ほうれんそう・はくさい・玉ねぎ・ちやし・乾燥パセリ
19	金	ごはん	さばのみそ煮・やまぶき和え 玉ねぎのすまし汁	牛乳	さとう・みりん・油・ごま油	さば・赤みそ・卵・ハム・豆腐・つゆ麩・牛乳	キャベツ・にんじん・ブロッコリー・糸こんにゃく・玉ねぎ・ねぎ
22	月	ごはん	ホイコーロー風 わかめのすまし汁・豆乳プリン	牛乳	さとう・みりん・油	ぶた肉・赤みそ・豆腐・わかめ・豆乳プリン・牛乳	にんにく・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ピーマン
24	水	ごはん	ひじきハンバーグ ポイル野菜・玉ねぎのみそ汁	牛乳	パン粉・さとう・油	合ひき肉・ひじき・調整豆乳・豆腐・わかめ・みそ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・キャベツ・しめじ・白菜
25	木	ピラフ	ピラフ・豆乳スープ みかん	牛乳	米・バター・じゃがいも	とり肉・ウインナー・調整豆乳・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ブロッコリー・みかん
26	金	ごはん	タンドリーチキン 大根サラダ・豆腐のみそ汁	牛乳	マヨネーズ	とり肉・ヨーグルト・ハム・豆腐・みそ・牛乳	ケチャップ・だいこん・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・ちやし・ねぎ

【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】