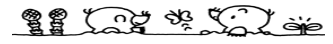


令和3年

3月の献立表

土曜一日保育



《給食目標》

ともだちとたのしくたべましょう

松阪市こども局こども未来課保育幼稚園係

日	曜日	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	月	牛乳 せんべい	ごはん	とんてき風 のり酢和え・いもこ汁	牛乳 揚げパン	さとう・油・さといも・ ロールパン	ぶた肉・ツナ缶・角の り・牛乳・きな粉	にんにく・キャベツ・ほうれん そう・こんにゃく・だいこん・ ごぼう・にんじん・ねぎ
みんなでおべよう松阪牛								
2	火	牛乳 ウエハース	ごはん	肉じゃが 和風大根サラダ・いよかん	牛乳 あられ	じゃがいも・油・さと う・みりん・ごま油	ぎゅう肉・ハム・花かつ お・牛乳	たまねぎ・にんじん・糸こん にゃく・だいこん・きゅうり・ いよかん
3	水	牛乳 せんべい	五目寿司	五目寿司・なばなのすまし汁 三色花ゼリー	牛乳 あられかりんとう	ずし米・さとう・油・み りん・ごま・三色花ゼ リー・田舎あられ	卵・ツナ缶・高野豆腐・ きざみのり・豆腐・まめ 麩・牛乳	きゅうり・にんじん・干しい たけ・なばな・えのき・玉ねぎ
4	木	ヨーグルト	ごはん	ハワイアンチキン ごま酢和え・わかめスープ	牛乳 ビスケット	みりん・ごま油・さと う・ごま	とり肉・わかめ・豆腐・ ベーコン・牛乳	パイナップル・きゅうり・もやし・ にんじん・たまねぎ・キャベツ
5	金	牛乳 フルーツ	ごはん	さばのカレー煮 小松菜のサラダ・白菜のみそ汁	牛乳 あられ	小麦粉・みりん・さと う・マヨネーズ	さば・ベーコン・豆腐・ みそ・牛乳	ごまつな・キャベツ・もやし・ はくさい・玉ねぎ・にんじん・ ねぎ
6	土	牛乳 せんべい	わかめ うどん	わかめうどん 乳酸菌飲料	牛乳 ビスケット	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
8	月	牛乳 あられ	ごはん	マーボー豆腐 三色ナムル・バナナ	牛乳 麩のココアラスク	片栗粉・さとう・油・ご ま・ごま油・バター・グ ラニュー糖	ぶたひき肉・豆腐・赤み そ・牛乳・つゆ麩・ココ ア	玉ねぎ・にら・にんじん・しょ うが・干しいたけ・ほうれん そう・もやし・バナナ
9	火	牛乳 フルーツ	ごはん	さけフライオーロラソース ポイル野菜・白菜スープ	牛乳 せんべい	マヨネーズ・小麦粉・パ ン粉・油	さけ・ウィンナー・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじ ん・たまねぎ・パセリ・はくさ い
10	水	牛乳 ビスケット	みそ煮込み うどん	みそ煮込みうどん ハムサラダ・型抜きチーズ	牛乳 クラッカー オンカスタード	干しうどん・みりん・マ ヨネーズ・クラッカー・ 小麦粉・さとう・バター	とり肉・油揚げ・なる と・赤みそ・みそ・ハ ム・型抜きチーズ・牛 乳・卵	にんじん・玉ねぎ・ねぎ・はく さい・きゅうり・キャベツ
11	木	牛乳 あられ	ごはん	鶏肉としいたけの揚げ煮 和風サラダ・豆腐のみそ汁	牛乳 せんべい	片栗粉・油・さとう・み りん	とり肉・豆腐・油揚げ・ みそ・牛乳	生しいたけ・にんじん・レモ ン・きゅうり・キャベツ・パイ ナップル・はくさい・玉ねぎ・ねぎ
12	金	牛乳 フルーツ	ごはん	煮込み風ハンバーグ もやしスープ・グレーゼリー	牛乳 ビスケット	パン粉・油・さとう・グ レーゼゼリー	合びき肉・豆乳・ベー コン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・ ケチャップ・もやし・キャベ ツ・パセリ
13	土	牛乳 あられ	とり南蛮 うどん	とり南蛮うどん 乳酸菌飲料	牛乳 せんべい	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
15	月	牛乳 ビスケット	ごはん	豚肉のアングレース 昆布和え・じゃが芋のスープ	牛乳 あられ	片栗粉・油・さとう・パ ン粉・じゃが芋	ぶた肉・塩昆布・ウィン ナー・豆腐・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ・パセリ
16	火	牛乳 フルーツ	ごはん	鶏肉のさっぱり焼き おかか和え・えのきのすまし汁	牛乳 ジャムサンド	さとう・みりん・食パ ン・ジャム	とり肉・花かつお・豆 腐・わかめ・牛乳	しょうが・キャベツ・もやし・ にんじん・えのき・玉ねぎ・ね ぎ
17	水	牛乳 せんべい	カレー ライス	カレーライス フルーツヨーグルトサラダ	牛乳 ビスケット ウエハース	米・油・じゃがいも・パ ター・小麦粉・さとう	ぶた肉・チーズ・牛乳・ ヨーグルト・生クリーム	しょうが・にんにく・玉ねぎ・ にんじん・ケチャップ・りん ご・バナナ・パイナップル・も も・みかん缶
18	木	牛乳 あられ	ごはん	牛肉のしぐれ煮・玉ねぎのみそ汁 野菜のマヨネーズ和え	牛乳 バイクドじゃが	油・さとう・マヨネー ズ・じゃがいも	牛こま肉・ちくわ・豆 腐・わかめ・みそ・牛 乳・青のり	糸こんにゃく・ごぼう・にんじ ん・しょうが・ごまつな・キャ ベツ・玉ねぎ・はくさい
19	金	牛乳 フルーツ	ごはん	さわらの塩焼き・マカロニサラダ じゃがいものみそ汁	牛乳 せんべい	マカロニ・マヨネーズ・ じゃがいも	さわら・ハム・みそ・牛 乳	きゅうり・にんじん・キャベ ツ・えのき・玉ねぎ・ねぎ
22	月	牛乳 チーズ	ごはん	若鶏のから揚げ・白菜のごま和え みだくさんスープ	牛乳 あられ	片栗粉・油・ごま・さと う	とり肉・ウィンナー・牛 乳	しょうが・はくさい・にんじ ん・ほうれんそう・玉ねぎ・ キャベツ・もやし・パセリ
23	火	牛乳 ビスケット	ごはん	ぶりの煮つけ れんこんサラダ・わかめのみそ汁	牛乳 さくら蒸しパン	みりん・さとう・マヨ ネーズ・ケキミック ス・ジャム	ぶり・ハム・わかめ・み そ・牛乳・ヨーグルト	しょうが・れんこん・にんじ ん・きゅうり・キャベツ・玉ね ぎ・ねぎ
24	水	牛乳 せんべい	ごはん	肉豆腐 大根なます・ヨーグルト	牛乳 チヂミ	油・さとう・みりん・ご ま・ごま油・小麦粉	ぶた肉・高野豆腐・ヨー グルト・牛乳・ちくわ	玉ねぎ・にんじん・はくさい・ ねぎ・だいこん・にら
25	木	牛乳 ビスケット	赤飯	赤飯・若鶏の照り焼き・しそ和え 豆腐のすまし汁・お祝い紅白ゼリー	牛乳 あられ	もち米・米・黒ごま・ 油・みりん・お祝い紅白 ゼリー	あずき・とり肉・豆腐・ まめ麩・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・えの き・キャベツ・しそ
26	金	牛乳 フルーツ	ごはん	豚肉のしょうが焼き はるさめサラダ・大根のみそ汁	牛乳 せんべい	みりん・油・はるさめ・ マヨネーズ	ぶた肉・ハム・豆腐・わ かめ・みそ・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ・青ピーマン・きゅ うり・みかん缶・だいこん・ね ぎ
27	土	牛乳 ビスケット	きつね うどん	きつねうどん 乳酸菌飲料	牛乳 あられ	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
29	月	牛乳 せんべい	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き そばろ和え・豆腐入りスープ	牛乳 のむヨーグルト ビスケット	油・オレンジマーマレ ード・さとう・みりん	とり肉・ツナ缶・ベー コン・豆腐・わかめ・のむ ヨーグルト	オレンジジュース・ほうれんそ う・キャベツ・にんじん・玉ね ぎ
30 31	火 水	自由献立						

※3月2日の『牛肉』は地元産材活用支援事業により、松阪市から無償提供されます。

※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】