

令和3年

# 4月の献立表



《給食目標》

給食やおやつになれましょう

松阪市こども局こども未来課 保育幼稚園係

日	曜	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	木	牛乳 あられ	ごはん	豚肉とキャベツのみそ炒め そうめん汁・バナナ	牛乳 せんべい	油・さとう・みりん・ そうめん	ぶた肉・赤みそ・わか め・牛乳	しょうが・キャベツ・ピーマ ン・にんじん・玉ねぎ・ねぎ ・バナナ
2	金	牛乳 ビスケット	ごはん	鶏肉のさっぱり焼き おかか和え・豆腐のみそ汁	牛乳 変わりラスク	さとう・みりん・食パ ン・バター・グラ ニュー糖	とり肉・花かつお・豆 腐・みそ・青のり・牛乳	しょうが・キャベツ・きゅう り・にんじん・玉ねぎ・もや し・ねぎ
3	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
5	月	野菜ジュース せんべい	ごはん	若鶏の照り焼き・玉ねぎのすまし汁 キャベツとコーンのサラダ	牛乳 あられかりんどう	油・みりん・マヨネー ズ・田舎あられ・さと う	とり肉・ちくわ・豆腐・ わかめ・牛乳	キャベツ・コーン缶・にんじ ん・玉ねぎ・ねぎ
6	火	野菜ジュース あられ	ごはん	さわらの煮つけ そばろ和え・バナナ	牛乳 ビスケット	さとう・みりん	さわら・ツナ缶・牛乳	しょうが・ほうれん草・にんじ ん・キャベツ・バナナ
7	水	牛乳 ビスケット	ハヤシ ライス	ハヤシライス フルーツヨーグルトサラダ	牛乳 せんべい	米・じゃがいも・油・ バター・小麦粉・さと う	ぶた肉・ヨーグルト・牛 乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャッ プ・バナナ・みかん缶・もも缶
8	木	牛乳 せんべい	ごはん	肉じゃが 和風サラダ・型抜きチーズ	牛乳 あられ	じゃがいも・油・さと う・みりん	ぎゅう肉・型抜きチー ズ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・糸こんに ゃく・きゅうり・キャベツ・みか ん缶
9	金	牛乳 フルーツ	ごはん	マーボー豆腐 三色ナムル・お祝いいちごゼリー	牛乳 ビスケット	片栗粉・さとう・油・ ごま・ごま油・お祝い いちごゼリー	ぶたひき肉・豆腐・赤み そ・牛乳	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
10	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
12	月	牛乳 フルーツ	ごはん	若鶏のから揚げ・もやしスープ キャベツのごま和え	牛乳 せんべい	片栗粉・油・ごま・さ とう	とり肉・ちくわ・ベー コン・牛乳	しょうが・キャベツ・きゅう り・にんじん・もやし・玉ね ぎ・乾燥パセリ
13	火	牛乳 ビスケット	ごはん	さけの塩焼き・春野菜のみそ汁 スパゲティサラダ	牛乳 あられ	スパゲティ・マヨネー ズ・じゃがいも	さけ・ハム・油揚げ・み そ・牛乳	きゅうり・にんじん・キャベ ツ・玉ねぎ・さやえんどう
14	水	牛乳 チーズ	ごはん	豚肉のソースマリネ しめじスープ・バナナ	牛乳 ヨーグルトケーキ	油・さとう・ケーキ ミックス	ぶた肉・ウインナー・豆 腐・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン ・エリンギ・ケチャップ・しめ じ・バナナ
15	木	牛乳 あられ	ごはん	みそハンバーグ 昆布和え・みたくさんすまし汁	牛乳 マカロニあべかわ	油・さとう・パン粉・ マカロニ	合いびき肉・調整豆乳・ みそ・塩昆布・豆腐・き な粉・牛乳	玉ねぎ・キャベツ・にんじん ・玉ねぎ・しめじ・ねぎ
16	金	牛乳 せんべい	肉みそかけ うどん	肉みそかけうどん ごま酢和え・ヨーグルト	牛乳 ビスケット	干しうどん・油・さと う・片栗粉・ごま油・ ごま	ぶた肉・赤みそ・ヨー グルト・牛乳	しょうが・にんじん・しいた け・玉ねぎ・きゅうり・もやし
17	土			みそ煮込み風うどん 乳酸菌飲料		干しうどん・みりん	とり肉・油揚げ・かまぼ こ・赤みそ・乳酸菌飲料	にんじん・玉ねぎ・ねぎ・白菜
19	月	牛乳 ビスケット	ごはん	チキンカツ・ポイル野菜 わかめスープ	牛乳 せんべい	マヨネーズ・小麦粉・ パン粉・油・さとう	とり肉・わかめ・ベー コン・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ
20	火	牛乳 フルーツ	ごはん	さけのマヨネーズ焼き・もやしのみそ汁 きゅうりとじゃこの酢の物	牛乳 あられ	マヨネーズ・さとう	さけ・みそ・しらす干し・ わかめ・油揚げ・み そ・牛乳	玉ねぎ・乾燥パセリ・きゅう り・みかん缶・もやし・キャベ ツ・にんじん・ねぎ
21	水	牛乳 せんべい	ごはん	ミートグラタン 豆腐入りスープ・さくらゼリー	牛乳 ウエハース ビスケット	マカロニ・じゃがい も・バター・小麦粉・ さくらゼリー	ぶたひき肉・チーズ・ ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・トマトピューレ・ケ チャップ・キャベツ・にんじん
22	木	牛乳 あられ	わかめ ごはん	わかめごはん・豆腐のすまし汁 鶏肉と竹の子の煮物	牛乳 マフィン	米・油・さとう・み りん・ケーキミックス・ バター	わかめ・しらす干し・と り肉・さつま揚げ・豆 腐・牛乳	たけのこ・にんじん・玉ねぎ ・えのき・ねぎ
23	金	ヨーグルト	ごはん	豚肉のしょうが焼き コールスローサラダ・えんどう入りみそ汁	牛乳 麩のラスク	みりん・油・マヨネー ズ・さとう・つゆ麩・ バター・グラニュー糖	ぶた肉・ハム・わかめ・ 豆腐・みそ・牛乳	しょうが・キャベツ・玉ねぎ ・ピーマン・きゅうり・にんじ ん・さやえんどう・ねぎ
24	土			わかめうどん 乳酸菌飲料		干しうどん	とり肉・なると・油揚 げ・わかめ・乳酸菌飲料	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
26	月	牛乳 せんべい	ごはん	とりみそ焼き わかめのすまし汁・バナナ	牛乳 小倉豆乳蒸しパン	さとう・みりん・ごま 油・小麦粉	とり肉・赤みそ・わか め・豆腐・調整豆乳・甘 納豆・牛乳	キャベツ・にんじん・にら・に んにく・玉ねぎ・ねぎ・バナナ
27	火	牛乳 フルーツ	ごはん	あじの竜田揚げ ポテトサラダ・玉ねぎのみそ汁	牛乳 せんべい	片栗粉・油・じゃがい も・マヨネーズ	あじ・ハム・わかめ・み そ・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじ ん・玉ねぎ・キャベツ・ねぎ
28	水	牛乳 ビスケット	たけのこ ごはん	たけのこごはん・ツナサラダ えんどう入りすまし汁	牛乳 ジャムサンド	米・油・みりん・マヨ ネーズ・食パン・ジャ ム	とり肉・油揚げ・ツナ 缶・豆腐・わかめ・牛乳	たけのこ・にんじん・きゅう り・キャベツ・さやえんどう ・しめじ・玉ねぎ
30	金	牛乳 フルーツ	ごはん	ハワイアンチキン ひじきサラダ・キャベツスープ	のむヨーグルト ビスケット	みりん・さとう・マヨ ネーズ	とり肉・ひじき・ツナ 缶・ベーコン・のむヨー グルト	パイナップル・にんじん・きゅう り・キャベツ・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】

