

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
9	金	ごはん	マーボー豆腐 三色ナムル・お祝いいちごゼリー	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
12	月	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	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	ごはん	さけの塩焼き・春野菜のみそ汁 スパゲティサラダ	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	ごはん	豚肉のソースマリネ しめじスープ・バナナ	油・さとう	ぶた肉・ウィンナー・豆腐・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	ごはん	みそハンバーグ 昆布和え・みだくさんすまし汁	油・さとう・パン粉	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	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	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
19	月	ごはん	チキンカツ・ポイル野菜 わかめスープ	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	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	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	ごはん	ミートグラタン 豆腐入りスープ・さくらゼリー	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	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	米・油・さとう・みりん	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	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	みりん・油・マヨネーズ・さとう	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
26	月	ごはん	とりみそ焼き わかめのすまし汁・バナナ	さとう・みりん・ごま油	とり肉・赤みそ・わかめ・豆腐・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	ごはん	あじの竜田揚げ ポテトサラダ・玉ねぎのみそ汁	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	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	米・油・みりん・マヨネーズ	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	ごはん	ハワイアンチキン ひじきサラダ・キャベツスープ	みりん・さとう・マヨネーズ	とり肉・ひじき・ツナ缶・ベーコン・牛乳	パイナップル・にんじん・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ

【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】

