

令和3年

7月の献立表


土曜一日保育

《給食目標》

手をきれいに洗いましょう

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			熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	木	牛乳 ビスケット	ごはん	スコップコロック(南瓜) しそ和え・野菜スープ	牛乳 ココアケーキ	みりん・パン粉・油・小麦粉・さとう	血や肉や骨になるもの 合びき肉・チーズ・調整豆腐・ウインナー・豆腐・ココア・牛乳	体の調子を整えるもの かぼちゃ・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・しそ
2	金	牛乳 フルーツ	ごはん	あじのレモン漬け スパゲティサラダ・えのきのすまし汁	牛乳 せんべい	片栗粉・油・さとう・みりん・スパゲティ・マヨネーズ	あじ・ハム・わかめ・豆腐・牛乳	レモン・きゅうり・みかん缶・キャベツ・えのき・玉ねぎ・にんじん・ねぎ
3	土	牛乳 あられ	きつね うどん	きつねうどん 乳酸菌飲料または飲むヨーグルト	牛乳 ビスケット	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	牛乳 あられ	ごはん	パンパンジー わかめスープ・型抜きチーズ	牛乳 ホットケーキ	さとう・ねりごま・ごま油・ケーキックス・バター・メープルシロップ	とり肉・わかめ・豆腐・ベーコン・型抜きチーズ・牛乳	きゅうり・にんじん・もやし・ねぎ・玉ねぎ・キャベツ
6	火	牛乳 フルーツ	ごはん	さわらのみそ焼き ばんさんすう・夏野菜のみそ汁	牛乳 ビスケット	みりん・はるさめ・ごま・さとう・ごま油	さわら・白みそ・ハム・油揚げ・豆腐・みそ・牛乳	きゅうり・にんじん・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・さやいんげん
7	水	牛乳 ウエハース	五目寿司	五目寿司 お星様汁・セタデザート	牛乳 あられ	すし米・さとう・みりん・そうめん・セタデザート	卵・ツナ缶・高野豆腐・のり・牛乳	きゅうり・にんじん・干しいたけ・オクラ・玉ねぎ・えのき
8	木	牛乳 ビスケット	ごはん	豚肉のバーベキューソース モロヘイヤスープ・ヨーグルト	牛乳 豆乳もち	さとう・油・片栗粉	ぶた肉・ベーコン・豆腐・ヨーグルト・豆腐・きなこ・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじん・たまねぎ・ピーマン・モロヘイヤ
9	金	牛乳 フルーツ	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き・なすのみそ汁 野菜のごまマヨネーズ和え	牛乳 せんべい	油・オレンジマーマレード・マヨネーズ・ごま	とり肉・ちくわ・豆腐・みそ・牛乳	オレンジジュース・きゅうり・キャベツ・にんじん・なす・玉ねぎ・ねぎ
10	土	牛乳 あられ	とり南蛮 うどん	とり南蛮うどん 乳酸菌飲料または飲むヨーグルト	牛乳 ビスケット	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	豚肉のしょうが焼き・麩入りすまし汁 コールスローサラダ	牛乳 グレーゼリー	みりん・油・マヨネーズ・さとう	ぶた肉・ハム・つゆ麩・豆腐・わかめ・ゼラチン・生クリーム・牛乳	しょうが・にんじん・たまねぎ・キャベツ・きゅうり・なす・粉寒天・ぶどうジュース
13	火	牛乳 あられ	ごはん	若鶏から揚げ 昆布和え・もやしスープ	牛乳 ビスケット	片栗粉・油	とり肉・塩こんぶ・ベーコン・豆腐・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・もやし・玉ねぎ・乾燥パセリ
14	水	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・すいかゼリー	牛乳 じゃこトースト	干しうどん・油・さとう・片栗粉・ごま油・ごま・すいかゼリー・食パン・マヨネーズ	ぶたひき肉・赤みそ・しらす干し・牛乳	しょうが・にんじん・しいたけ・玉ねぎ・きゅうり・もやし・乾燥パセリ
15	木	牛乳 ビスケット	ごはん	豚肉と野菜のみそ煮 めひび汁・バナナ	牛乳 あられ	じゃが芋・油・さとう・みりん	ぶた肉・赤みそ・めひび・豆腐・牛乳	しょうが・ピーマン・にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・えのき・ねぎ・バナナ
16	金	牛乳 フルーツ	ごはん	さけのマヨネーズ焼き おかか和え・玉ねぎのみそ汁	牛乳 せんべい	マヨネーズ	さけ・みそ・ちくわ・花かつお・豆腐・油揚げ・牛乳	玉ねぎ・乾燥パセリ・キャベツ・にんじん・なす・ねぎ
17	土	牛乳 ビスケット	わかめ うどん	わかめうどん 乳酸菌飲料または飲むヨーグルト	牛乳 あられ	干しうどん	とり肉・なると・わかめ・油揚げ・乳酸菌飲料	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
19	月	牛乳 あられ	ごはん	マーボーなす・豆乳プリン トマトときゅうりの甘酢和え	牛乳 ウエハース ビスケット	片栗粉・さとう・油・豆乳プリン	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・牛乳	なす・玉ねぎ・にら・にんじん・しょうが・干しいたけ・トマト・きゅうり
20	火	牛乳 ビスケット	夏野菜 カレー	夏野菜カレー フルーツムース	牛乳 せんべい	米・油・バター・小麦粉・さとう・ムースベース	牛こま肉・チーズ・牛乳	しょうが・にんにく・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ・バナナ・パイン缶・みかん缶・もも缶
21	水	牛乳 チーズ	ごはん	鶏の照り焼き・切干大根煮 わかめのみそ汁	牛乳 あられかりんとう	油・みりん・さとう・田舎あられ	とり肉・さつま揚げ・わかめ・豆腐・みそ・牛乳	切干大根・にんじん・かぼちゃ・玉ねぎ・ねぎ
24	土	牛乳 ビスケット	かやく うどん	かやくうどん 乳酸菌飲料または飲むヨーグルト	牛乳 せんべい	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
26	月	ヨーグルト	ごはん	ポークビーンズ ひじきサラダ・バナナ	牛乳 あられ	じゃが芋・さとう・マヨネーズ	ゆで大豆・ベーコン・豚ひき肉・ひじき・ツナ缶・牛乳	にんじん・玉ねぎ・トマト・ケチャップ・キャベツ・バナナ
27	火	牛乳 せんべい	ごはん	さんまのかば焼き・トマトのナムル とうがん入りすまし汁	牛乳 茹でとうもろこし	片栗粉・油・さとう・みりん・ごま・ごま油	さんま・つゆ麩・牛乳	トマト・きゅうり・もやし・にんじん・とうがん・玉ねぎ・ねぎ・とうもろこし
28	水	牛乳 あられ	ごはん	煮込み風ハンバーグ夏野菜ソース レタススープ・バナナ	牛乳 せんべい	パン粉・油・さとう	合びき肉・調整豆腐・豆腐・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・なす・ケチャップ・レタス・バナナ
29	木	牛乳 ビスケット	わかめ ごはん	わかめごはん 冷しゃぶサラダ・南瓜のみそ汁	牛乳 クープオレイン汁	米・さとう・ねりごま・ごま油・コーンスターチ	炊き込みわかめ・しらす干し・ぶた肉・豆腐・みそ・牛乳・ヨーグルト	キャベツ・きゅうり・にんじん・ねぎ・かぼちゃ・玉ねぎ・レモン・みかん缶
30	金	牛乳 フルーツ	ごはん	鶏のさっぱり焼き マセドアンサラダ・玉ねぎのすまし汁	のむヨーグルト ビスケット	さとう・みりん・じゃが芋・マヨネーズ	とり肉・ハム・豆腐・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじん・みかん缶・玉ねぎ・ねぎ
31	土	牛乳 あられ	きつね うどん	きつねうどん 乳酸菌飲料または飲むヨーグルト	牛乳 せんべい	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

※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】

