

令和4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	
11	月	ごはん	マーボー豆腐 三色ナムル・お祝い紅白ゼリー	牛乳	米・片栗粉・さとう・油・ごま・ごま油・お祝い紅白ゼリー	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	火	ごはん	肉じゃが・型抜きチーズ 野菜のごまマヨネーズ和え	牛乳	米・じゃがいも・油・さとう・みりん・マヨネーズ・ごま	ぎゅう肉・ちくわ・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
13	水	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	米・油・みりん・マヨネーズ	とり肉・ちくわ・豆腐・牛乳	キャベツ・コーン缶・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
14	木	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	米・みりん・油・マヨネーズ・さとう	ぶた肉・ハム・豆腐・油揚げ・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
15	金	ごはん	あじの竜田揚げ はるさめサラダ・しめじスープ	牛乳	米・片栗粉・油・はるさめ・マヨネーズ	あじ・ハム・ウインナー・豆腐・牛乳	しょうが・きゅうり・キャベツ・みかん缶・しめじ・玉ねぎ・にんじん
18	月	たけのこ ごはん	たけのこごはん・ツナサラダ わかめのすまし汁	牛乳	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・ねぎ・玉ねぎ
19	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	牛乳	米・スパゲティ・マヨネーズ・じゃがいも	さけ・ハム・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	きゅうり・にんじん・みかん缶・キャベツ・玉ねぎ・さやえんどう
20	水	ごはん	みそハンバーグ 昆布和え・わかめスープ	牛乳	米・油・さとう・パン粉	合いびき肉・調整豆乳・みそ・塩昆布・わかめ・ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・キャベツ・にんじん
21	木	ごはん	豚肉のソースマリネ 玉ねぎスープ・ヨーグルト	牛乳	米・油・さとう	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・クチャップ・キャベツ
22	金	ごはん	鶏肉とポテトのレモン和え キャベツのごま和え・豆腐のみそ汁	牛乳	米・片栗粉・油・じゃがいも・さとう・みりん・ごま	とり肉・ちくわ・豆腐・みそ・牛乳	レモン果汁・キャベツ・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・もやし・ねぎ
25	月	わかめ ごはん	わかめごはん・鶏肉と竹の子の煮物 えんどう入りすまし汁	牛乳	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・さやえんどう・えのき・玉ねぎ
26	火	ごはん	さわらの煮つけ 和風サラダ・もやしのみそ汁	牛乳	米・みりん・さとう・油	さわら・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・パイン缶・もやし・玉ねぎ・ねぎ
27	水	ごはん	豚肉のバーベキューソース 豆腐入りスープ・あまなつフレッシュ	牛乳	米・さとう・油・あまなつフレッシュ	ぶた肉・ベーコン・豆腐・牛乳	クチャップ・にんにく・キャベツ・エリンギ・玉ねぎ・ピーマン・にんじん
28	木	ごはん	鶏肉のさっぱり焼き マカロニサラダ・玉ねぎのみそ汁	牛乳	米・さとう・みりん・マカロニ・マヨネーズ	とり肉・ハム・豆腐・わかめ・みそ・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・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】

