

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	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	金	牛乳 ビスケット	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 あられ	米・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	土	牛乳 あられ	とり南蛮 うどん	とり南蛮うどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	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
4	月	牛乳 せんべい	ごはん	ハワイアンチキン ひじきサラダ・キャベツスープ	牛乳 あられ	米・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	パイン缶・にんじん・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ
5	火	りんごジュース あられ	ごはん	さけのマヨネーズ焼き のり酢和え・豆腐のすまし汁	牛乳 せんべい	米・マヨネーズ・さとう	さけ・みそ・ツナ缶・角のり・豆腐・牛乳	玉ねぎ・乾燥パセリ・キャベツ・きゅうり・にんじん・えのき・ねぎ
6	水	りんごジュース 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	米・じゃがいも・油	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・パイン缶・もも缶
7	木	牛乳 せんべい	とり南蛮 うどん	とり南蛮うどん そばろ和え・バナナ	牛乳  マフィン	干しうどん・さとう・みりん・ケーキミックス・バター	とり肉・油揚げ・ツナ缶・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ・はくさい・きゅうり・キャベツ・バナナ
8	金	牛乳 チーズ	ごはん	若鶏のから揚げ・しそ和え みたくさんすまし汁	牛乳 ビスケット	米・片栗粉・油	とり肉・豆腐・わかめ・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・しそ・玉ねぎ・しめじ・ねぎ
9	土	牛乳 せんべい	かやく うどん	かやくうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	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
11	月	牛乳 フルーツ	ごはん	マーボー豆腐 三色ナムル・お祝い紅白ゼリー	牛乳 せんべい	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・にんじん・しょうが・干しいたけ・きゅうり・もやし
12	火	牛乳 あられ	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  さくら色蒸しパン	米・じゃがいも・油・さとう・みりん・マヨネーズ・ごま・ケーキミックス・ジャム	ぎゅう肉・ちくわ・型抜きチーズ・ヨーグルト・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	牛乳 ウエハース	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	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	牛乳 フルーツ	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  じゃこトースト	米・みりん・油・マヨネーズ・さとう・食パン	ぶた肉・ハム・豆腐・油揚げ・みそ・しらす干し・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・乾燥パセリ
15	金	牛乳 せんべい	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 ビスケット	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
16	土	牛乳 ビスケット	きつね うどん	きつねうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	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
18	月	牛乳 あられ	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  ホットケーキ	米・油・みりん・マヨネーズ・ケーキミックス・バター・メープルシロップ	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	牛乳 フルーツ	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 せんべい	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	牛乳 ビスケット	ごはん	みそハンバーグ 昆布和え・わかめスープ	牛乳 あられ	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	牛乳 フルーツ	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  ココアケーキ	米・油・さとう・小麦粉	ぶた肉・ウインナー・豆腐・ヨーグルト・ココア・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・エリンギ・ケチャップ・キャベツ
22	金	牛乳 せんべい	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 ビスケット	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
23	土	牛乳 ビスケット	わかめ うどん	わかめうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	牛乳 あられ	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
25	月	ヨーグルト	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  麩のラスク	米・油・さとう・みりん・バター・グラニュー糖	わかめ・しらす干し・とり肉・さつまいも・豆腐・つゆ・牛乳	たけのこ・にんじん・さやえんどう・えのき・玉ねぎ
26	火	牛乳 あられ	ごはん	さわらの煮つけ 和風サラダ・もやしのみそ汁	牛乳  小倉豆乳蒸しパン	米・みりん・さとう・油・小麦粉	さわら・豆腐・油揚げ・みそ・調整豆乳・ゆで小豆缶・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	牛乳 フルーツ	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 ウエハース ビスケット	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	ケチャップ・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	牛乳 ビスケット	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	のむヨーグルト あられ	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・のむヨーグルト	しょうが・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ
30	土	牛乳 せんべい	かやく うどん	かやくうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	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

※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】

