

# 令和4年 5月の献立表

土曜半日保育園



《給食目標》いただきます、ごちそうさまのあいさつをしましょう

松阪市こども局こども未来課 保育幼稚園係

日	曜日	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
2	月	牛乳 あられ	ごはん	厚揚げと野菜のそぼろ煮 和風ツナサラダ・バナナ	牛乳 せんべい	じゃが芋・油・さとう・ みりん・片栗粉・ごま油	厚揚げ・ぶたひき肉・ツ ナ缶・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・ きゅうり・バナナ
6	金	牛乳 ビスケット	ごはん	豚肉のしょうが焼き スパゲティサラダ・もやしのみそ汁	牛乳 オレンジゼリー	みりん・油・スパゲ ティ・マヨネーズ・さと う	ぶた肉・ハム・豆腐・み そ・牛乳・ゼラチン	しょうが・にんじん・玉ねぎ・ きゅうり・キャベツ・もやし・ ねぎ・粉毫天・オレンジジュ ース・みかん缶
7	土			とり南蛮うどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト		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
9	月	牛乳 フルーツ	牛肉とごぼうの 混ぜごはん	牛肉とごぼうの混ぜごはん マカロニサラダ・わかめのすまし汁	牛乳 ヨーグルト蒸しパン	米・さとう・マカロニ・ マヨネーズ・ケーキミッ クス	ぎゅう肉・ハム・豆腐・ わかめ・つゆ麩・牛乳・ ヨーグルト	ごぼう・しょうが・きゅうり・ みかん缶・キャベツ・玉ねぎ・ にんじん・ねぎ
10	火	牛乳 チーズ	ごはん	さけのごまみそ焼き 切干大根煮・豆腐のすまし汁	牛乳 マカロニあべかわ	さとう・みりん・ごま・ マカロニ	さけ・みそ・さつま揚 げ・豆腐・牛乳・きな粉	白ねぎ・切干大根・にんじん・ 玉ねぎ・ねぎ
11	水	牛乳 ビスケット	ごはん	チキンカツ ポイル野菜・玉ねぎのみそ汁	牛乳 せんべい	マヨネーズ・小麦粉・パ ン粉・油・さとう	とり肉・豆腐・油揚げ・ みそ・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ・しめじ・ねぎ
12	木	牛乳 あられ	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・油・じゃが芋・パ ター・小麦粉・さとう	とり肉・チーズ・牛乳・ ヨーグルト	ローリエ・しょうが・にんに く・玉ねぎ・にんじん・ケ チャップ・バナナ・パイン缶・ もも缶・みかん缶
13	金	牛乳 せんべい	ごはん	マーボー豆腐・バナナ きゅうりとじゃこの酢の物	牛乳 あられ	片栗粉・さとう・油	ぶた肉・豆腐・赤みそ・ しらす干し・わかめ・牛 乳	玉ねぎ・にら・にんじん・しょ うが・干しいたけ・きゅう り・みかん缶・バナナ
14	土			かやくうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト		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
16	月	牛乳 あられ	ごはん	豚肉のみそ炒め・型抜きチーズ みだくさんすまし汁	牛乳 ウエハース ビスケット	さとう・みりん・油	ぶた肉・赤みそ・豆腐・ 型抜きチーズ・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ・ピーマン・しめ じ・ねぎ
17	火	牛乳 フルーツ	ごはん	さわらの塩焼き 小松菜サラダ・豆腐のみそ汁	牛乳 ジャムサンド	マヨネーズ・ごま・食パ ン・ジャム	さわら・ベーコン・豆 腐・みそ・牛乳	小松菜・キャベツ・もやし・玉 ねぎ・にんじん・ねぎ
18	水	牛乳 せんべい	えんどう ごはん	えんどうごはん チキンサラダ・玉ねぎのすまし汁	牛乳 豆乳ケーキ	米・さとう・みりん・ じゃが芋・マヨネーズ・ 小麦粉・油	とり肉・豆腐・牛乳・調 整豆乳	実えんどう・きゅうり・にんじ ん・コーン缶・玉ねぎ・ねぎ
19	木	牛乳 ビスケット	ごはん	味付きハンバーグ・国産りんごゼリー チンゲンサイスープ	牛乳 あられ	パン粉・国産りんごゼ リー	合ひき肉・調整豆乳・ ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・ケチャップ・チンゲン サイ・もやし・にんじん
20	金	牛乳 フルーツ	ごはん	とんてき風・えのきのすまし汁 キャベツとコーンのサラダ	牛乳 せんべい	さとう・油・マヨネーズ	ぶた肉・ちくわ・つゆ 麩・わかめ・豆腐・牛乳	にんにく・玉ねぎ・キャベツ・ コーン缶・にんじん・えのき・ さやえんどう
21	土			きつねうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト		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
23	月	牛乳 フルーツ	ごはん	タンドリーチキン 昆布和え・豆腐入りスープ	牛乳 あられかりんとう	田舎あられ・さとう	とり肉・ヨーグルト・塩 昆布・ベーコン・豆腐・ わかめ・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ
24	火	牛乳 ウエハース	ごはん	あじのレモン漬け 野菜のごまマヨネーズ和え キャベツのみそ汁	牛乳 せんべい	片栗粉・油・さとう・み りん・マヨネーズ・ごま	あじ・ちくわ・豆腐・わ かめ・白みそ・牛乳	レモン果汁・きゅうり・キャバ ツ・にんじん・玉ねぎ
25	水	牛乳 せんべい	ごはん	鶏肉のごまからめ のり酢和え・わかめのみそ汁	牛乳 あられ	片栗粉・油・さとう・み りん・ごま	とり肉・ツナ缶・角の り・わかめ・豆腐・み そ・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ・ねぎ
26	木	牛乳 ヨーグルト	ちゃんぽん うどん	ちゃんぽんうどん ハムサラダ・国産いちごゼリー	牛乳 お茶ホットケーキ	干しうどん・片栗粉・ご ま油・マヨネーズ・国産 いちごゼリー・ケーキ ミックス・バター	ぶた肉・なると・ハム・ 牛乳・生クリーム	にんじん・キャベツ・玉ねぎ・ もやし・ねぎ・きゅうり・みか ん缶・抹茶
27	金	牛乳 あられ	ごはん	さけのマヨネーズ焼き ごま酢和え・麩入りすまし汁	牛乳 ビスケット	マヨネーズ・ごま油・さ とう・ごま	さけ・みそ・豆腐・つゆ 麩・牛乳	玉ねぎ・乾燥パセリ・きゅう り・もやし・にんじん・さやえ んどう
28	土			わかめうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト		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・玉ねぎ・ねぎ
30	月	牛乳 フルーツ	チキン ライス	チキンライス・豆乳スープ ヨーグルト	牛乳 あられ	米・油・じゃが芋	とり肉・ベーコン・調整 豆乳・ヨーグルト・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ピーマン・ ケチャップ・乾燥パセリ
31	火	牛乳 せんべい	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き そぼろ和え・野菜スープ	のむヨーグルト ビスケット	油・オレンジマーマレ ード・さとう・みりん	とり肉・ツナ缶・ベー コン・豆腐・のむヨーグル ト	オレンジジュース・きゅうり・ にんじん・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】