

令和4年

6月の献立表

《給食目標》

食べたあとは、うがいや歯みがきをしましょう



土曜一日保育

松阪市こども未来課保育幼稚園係

日曜日	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
1	水	牛乳 フルーツ	ごはん	豚肉のしょうが焼き はるさめサラダ・わかめのみそ汁	牛乳 りんごゼリー	米・みりん・油・マヨネーズ・さとう・はるさめ	ぶた肉・ハム・わかめ・豆腐・みそ・ゼラチン・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・ねぎ・粉寒天・りんごジュース
2	木	牛乳 あられ	ごはん	豚肉と高野豆腐の煮物 トマトのナムル・バナナ	牛乳 きなこケーキ	米・みりん・さとう・ごま・ごま油・ケーキミックス・油	ぶた肉・高野豆腐・調整豆乳・きな粉・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・トマト・きゅうり・もやし・バナナ
3	金	牛乳 ビスケット	ごはん	油淋鶏・ボイル野菜 えのきのすまし汁	牛乳 せんべい	米・片栗粉・油・さとう・ごま油	とり肉・豆腐・牛乳	白ねぎ・しょうが・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・えのき・ねぎ
4	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 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
6	月	牛乳 フルーツ	ごはん	豚肉のソースマリネ ツナサラダ・もやしスープ	牛乳 せんべい	米・油・さとう・マヨネーズ	ぶた肉・ツナ缶・ウインナー・豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・きゅうり・キャベツ・もやし・乾燥パセリ
7	火	ヨーグルト	ごはん	さけのレモンしょうゆ焼き 切干大根煮・キャベツのみそ汁	牛乳 豆乳クリームサンド	米・さとう・みりん・ロールパン・片栗粉	さけ・さつま揚げ・豆腐・わかめ・白みそ・調整豆乳・牛乳	レモン果汁・しょうが・白ねぎ・切干大根・にんじん・キャベツ・玉ねぎ
8	水	牛乳 あられ	五目 ごはん	五目ごはん・わかめのみそ汁 野菜のごまマヨネーズ和え	牛乳 じゃこトースト	米・油・みりん・マヨネーズ・ごま・食パン	とり肉・油揚げ・ちくわ・わかめ・豆腐・しらす干し・牛乳	ごぼう・にんじん・干しいたけ・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ・乾燥パセリ
9	木	牛乳 ビスケット	ごはん	タンドリーチキン 和風サラダ・玉ねぎのスープ	牛乳 せんべい	米・油・さとう	とり肉・ヨーグルト・ベーコン・豆腐・牛乳	ケチャップ・きゅうり・キャベツ・にんじん・パイン缶・玉ねぎ
10	金	牛乳 ウエハース	ごはん	ポークビーンズ 野菜とひじきの和え物・バナナ	牛乳 あられ	米・じゃが芋・油・さとう・ごま	ゆで大豆・ぶたひき肉・ひじき・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・ローリエ・きゅうり・キャベツ・もやし・バナナ
11	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
13	月	牛乳 あられ	ドライカレー	ドライカレー・型抜きチーズ チンゲンサイスープ	牛乳 チヂミ	米・油・ごま油・小麦粉・みりん・ごま	合ひき肉・ゆで大豆・ベーコン・豆腐・型抜きチーズ・ちくわ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ・チンゲンサイ・にら
14	火	牛乳 フルーツ	ごはん	さわらの照り焼き スパゲティサラダ 玉ねぎのみそ汁	牛乳 ビスケット	米・みりん・スパゲティ・マヨネーズ	さわら・ハム・豆腐・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ
15	水	牛乳 せんべい	ごはん	みそハンバーグ 昆布和え・野菜スープ	牛乳 あられ	米・油・さとう・パン粉	合ひき肉・調整豆乳・みそ・塩昆布・ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・キャベツ・にんじん
16	木	牛乳 ビスケット	ごはん	マーボー豆腐・あじさいゼリー きゅうりとじゃこの酢の物	牛乳 ヨーグルトケーキ	米・片栗粉・さとう・油・あじさいゼリー・ケーキミックス	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・しらす干し・わかめ・ちくわ・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にら・にんじん・しょうが・干しいたけ・きゅうり
17	金	牛乳 フルーツ	ごはん	チキンカツ ボイル野菜・わかめスープ	牛乳 せんべい	米・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・豆腐・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじん・玉ねぎ
18	土	牛乳 あられ	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 ビスケット	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・ねぎ・玉ねぎ
20	月	牛乳 せんべい	ごはん	豚肉とキャベツのみそ炒め 麩入りすまし汁・さくらんぼゼリー	牛乳 バイクドじゃが	米・油・さとう・みりん・さくらんぼゼリー・じゃが芋	ぶた肉・赤みそ・豆腐・つゆ麩・青のり・牛乳	しょうが・キャベツ・ピーマン・にんじん・玉ねぎ
21	火	牛乳 フルーツ	ごはん	あじの南蛮漬け もやしのみそ汁・豆乳プリン	牛乳 あられ	米・片栗粉・油・ごま・さとう・ごま油・豆乳プリン	あじ・わかめ・豆腐・赤みそ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・もやし・ねぎ
22	水	牛乳 せんべい	ピビンパ丼	ピビンパ丼 みだくさんスープ・バナナ	牛乳 ウエハース ビスケット	米・さとう・みりん・ごま油・油・ごま	ぶたひき肉・卵・赤みそ・ウインナー・豆腐・わかめ・牛乳	にんにく・しょうが・もやし・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・バナナ
23	木	牛乳 あられ	ごはん	若鶏の照り焼き ハムサラダ・きのこのみそ汁	牛乳 クープオレシジ	米・油・みりん・ごま・マヨネーズ・さとう・コンスターチ	とり肉・ハム・豆腐・みそ・牛乳・ヨーグルト	きゅうり・にんじん・キャベツ・しめじ・玉ねぎ・ねぎ・レモン果汁・みかん缶
24	金	牛乳 フルーツ	ごはん	牛肉のしぐれ煮・豆腐のみそ汁 コールスローサラダ	牛乳 せんべい	米・油・さとう・マヨネーズ	ぎゅう肉・豆腐・牛乳	糸こんにゃく・ごぼう・にんじん・しょうが・キャベツ・きゅうり・コーン缶・玉ねぎ・ねぎ・えのき
25	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 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
27	月	牛乳 せんべい	スパゲティミートソース	スパゲティミートソース ごま酢和え・ヨーグルト	牛乳 豆腐のココアブラウニー	スパゲティ・油・小麦粉・さとう・ごま油・ごま・米粉・片栗粉	合ひき肉・ヨーグルト・豆腐・ココア・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・きゅうり・もやし
28	火	牛乳 チーズ	ごはん	さけの塩焼き ポテトサラダ・豆腐のみそ汁	牛乳 あられかりんとう	米・じゃが芋・マヨネーズ・田舎あられ・さとう	さけ・ハム・豆腐・みそ・牛乳	きゅうり・にんじん・みかん缶・玉ねぎ・もやし・ねぎ
29	水	牛乳 フルーツ	ごはん	みそ焼き豚・みだくさんすまし汁 オリエンタルサラダ	牛乳 あられ	米・さとう・ごま・みりん・コーンフレーク・油・ごま油	ぶた肉・みそ・ツナ缶・豆腐・牛乳	キャベツ・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・しめじ・ねぎ
30	木	牛乳 せんべい	ごはん	ハワイアンチキン・玉ねぎのみそ汁 キャベツのごま和え	のむヨーグルト ビスケット	米・みりん・ごま・さとう	とり肉・豆腐・みそ・のむヨーグルト	パイン缶・キャベツ・もやし・にんじん・玉ねぎ・なす・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】

毎月末頃に、松阪市こども未来課のHPにも掲載しています。

