

令和5年

5月の献立表

土曜一日保育実施園

《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 午前 おやつ	主食	献 立 名	午後おやつ	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
1 月	牛乳 チーズ	ごはん	厚揚げと野菜のそぼろ煮 ハムサラダ・バナナ	牛乳 あられ	米・じゃが芋・油・さとう・みりん・片栗粉・ごま・マヨネーズ	厚揚げ・とりひき肉・ハム・牛乳	玉ねぎ・にんじん・きゅうり・キャベツ・バナナ	
2 火	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 ココアクリーミングサンド	米・さとう・みりん・じゃが芋・マヨネーズ・ロールパン・片栗粉	とり肉・豆腐・牛乳・ココア・調整豆乳	えんどう・きゅうり・にんじん・コーン缶・玉ねぎ・ねぎ	
6 土	牛乳 ピスケット	とり南蛮 うどん	とり南蛮うどん 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・ヨーグルト	にんじん・ねぎ・玉ねぎ	
8 月	牛乳 あられ	ごはん	豚肉のバーベキューソース もやしスープ・豆乳プリン	牛乳 お茶ホットケーキ	米・さとう・豆乳ブリント・ケーキミックス・パター	ふた肉・ベーコン・豆腐・牛乳・生クリーム	ケチャップ・にんにく・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ビーマン・もやし	
9 火	牛乳 フルーツ	ごはん	さけのごまみそ焼き 切干大根煮・小松菜のすまし汁	牛乳 あられかりんとう	米・さとう・みりん・ごま・田舎あられ	さけ・みそ・さつま揚げ・豆腐・牛乳	白ねぎ・切干大根・にんじん・玉ねぎ・こまつな	
10 水	牛乳 せんべい	ごはん	チキンカツ・ポイル野菜 わかめスープ	牛乳 ピスケット	米・マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油・さとう	とり肉・わかめ・ウインナー・豆腐・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじん・玉ねぎ	
11 木	牛乳 ウエハース	肉みそかけ うどん	肉みそかけうどん・型抜きチーズ コールスローサラダ	牛乳 あられ	干しうどん・油・さとう・片栗粉・マヨネーズ	ふたひき肉・赤みそ・ハム・型抜きチーズ・牛乳	しょうが・にんじん・生しいたけ・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・コーン缶	
12 金	牛乳 フルーツ	ごはん	豚肉のしょうが焼き チングンサイのレモン和え もやしのみそ汁	牛乳 せんべい	米・みりん・油・さとう	ふた肉・ツナ缶・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・玉ねぎ・チングンサイ・きゅうり・にんじん・レモン果汁・もやし・ねぎ	
13 土	牛乳 あられ	きしめん きしめん	きしめん ヨーグルト	牛乳 ピスケット	きしめん	とり肉・油揚げ・なると・ヨーグルト	にんじん・ねぎ・玉ねぎ	
15 月	牛乳 せんべい	ごはん	とりみそ焼き 豆腐のすまし汁・ヨーグルト	牛乳 ペイクドじゃが	米・さとう・みりん・ごま油・じゃが芋・油	とり肉・赤みそ・豆腐・ヨーグルト・牛乳・青のり	キャベツ・にんじん・にら・にんにく・玉ねぎ・ねぎ	
16 火	牛乳 フルーツ	ごはん	あじのレモン漬け・玉ねぎのみそ汁 野菜のごまマヨネーズ和え	牛乳 あられ	米・片栗粉・油・さとう・みりん・マヨネーズ・ごま	あじ・ちくわ・豆腐・白みそ・牛乳	レモン果汁・きゅうり・キャベツ・にんじん・玉ねぎ	
17 水	牛乳 ピスケット	ごはん	味付きハンバーグ・しそ和え エリンギのスープ	牛乳 せんべい	米・パン粉	合ひき肉・調整豆乳・ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・にんじん・しそ・エリンギ	
18 木	牛乳 あられ	チキン ライス	チキンライス・豆乳スープ ピーチゼリー	牛乳 マフィン	米・油・じゃが芋・ピーチゼリー・ケーキミックス・さとう・パター	とり肉・ベーコン・調整豆乳・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ・パセリ	
19 金	牛乳 フルーツ	ごはん	豚肉のさっぱり焼き キャベツとひじきの和え物 えんどう入りみそ汁	牛乳 ピスケット	米・さとう・みりん・ごま	ふた肉・ひじき・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・もやし・玉ねぎ・さやえんどう	
20 土	牛乳 せんべい	きつね うどん	きつねうどん 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・ヨーグルト	にんじん・玉ねぎ・ねぎ	
22 月	牛乳 ピスケット	ごはん	マーボー豆腐・三色ナムル バナナ	牛乳 せんべい	米・片栗粉・さとう・油・ごま・ごま油	ふた肉・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・バナナ	
23 火	ヨーグルト	ごはん	さわらの塩焼き・はるさめサラダ 豆腐のみそ汁	牛乳 豆乳もち	米・はるさめ・マヨネーズ・片栗粉・さとう	さわら・ハム・豆腐・みそ・牛乳・調整豆乳・きな粉	きゅうり・キャベツ・にんじん・みかん缶・もやし・玉ねぎ・ねぎ	
24 水	牛乳 あられ	ごはん	鶏肉のごまからめ・のり酢和え チングンサイスープ	牛乳 ピスケット	米・片栗粉・油・さとう・みりん・ごま	とり肉・ツナ缶・角のり・ベーコン・豆腐・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・チングンサイ・玉ねぎ	
25 木	牛乳 せんべい	ごはん	とんてき風・小松菜サラダ えのきのすまし汁	牛乳 オレンジゼリー	米・さとう・油・マヨネーズ・ごま	ふた肉・ベーコン・豆腐・牛乳・ゼラチン・生クリーミー	にんにく・玉ねぎ・こまつな・キャベツ・もやし・えのき・にんじん・さやえんどう・粉寒天・オレンジジュース	
26 金	牛乳 フルーツ	牛肉とごぼうの混ぜごはん オリエンタルサラダ キャベツのみそ汁	牛肉とごぼうの混ぜごはん オリエンタルサラダ キャベツのみそ汁	牛乳 ウエハース ピスケット	米・さとう・コーンフレーク・油・ごま油	ぎゅう肉・ツナ缶・豆腐・油揚げ・わかめ・みそ・牛乳	ごぼう・しょうが・キャベツ・にんじん・きゅうり・玉ねぎ	
27 土	牛乳 ピスケット	わかめ うどん	わかめうどん 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・ヨーグルト	にんじん・ねぎ・玉ねぎ	
29 月	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 せんべい	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	
30 火	牛乳 せんべい	ごはん	さけのムニエル・和風サラダ 野菜スープ	牛乳 ジャムサンド	米・小麦粉・パター・油・さとう・食パン・ジャム	さけ・ベーコン・豆腐・牛乳	バセリ・きゅうり・キャベツ・にんじん・パイン缶・玉ねぎ	
31 水	牛乳 フルーツ	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き キャベツとコーンのサラダ 麸入りすまし汁	のむヨーグルト ピスケット	米・油・オレンジママレード・マヨネーズ	とり肉・ちくわ・豆腐・つゆ麩・のむヨーグルト	オレンジジュース・キャベツ・コーン缶・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】

【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。】

