

令和5年

11月の献立表

松阪市北部学校給食センター(たけっぴーランチ)

《給食目標》

最後まですわって食べましょう



松阪市子ども未来課保育幼稚園係

日	曜日	主食	献立名	午後おやつ	材 料 名		
					熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	水	こがた コッパン	パンネのミートソース キャベツとコーンのサラダ ブルーベリージャム	ぎゅうにゅう ヨーグルト むしパン	パン・パンネ・あぶら・コーン ドレッシング・ジャム・さとう ・ケーキミックス	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ツナ ・ヨーグルト	セロリー・にんにく・たまねぎ ・にんじん・しいたけ・とう もろこし・キャベツ
2	木	むぎいり ごはん	さんまのひもの さつまいもサラダ ひじきのごもくに	ぎゅうにゅう せんべい	こめ・むぎ・さとう・さつまい も・ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう・ひじき・だい ず・さつまあげ・さんま・あぶ らあげ	にんじん・さやいんげん・たま ねぎ・きゅうり
4	土	わかめ うどん	わかめうどん ヨーグルト	ぎゅうにゅう あられ	ほしうどん	とりにく・なると・あぶらあ げ・わかめ・ヨーグルト・ぎゅ うにゅう	にんじん・ねぎ・たまねぎ
6	月	むぎいり ごはん	ポークカレー ひじきとチーズのサラダ	ぎゅうにゅう ビスケット	こめ・むぎ・あぶら・じゃがい も・こむぎこ・さとう	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ひじ き・チーズ	しょうが・にんにく・セロ リー・たまねぎ・にんじん・ きゅうり・とうもろこし
7	火	むぎいり ごはん	ちくさのいそべあげ かみかみつくだに・きりぼしだ いこんのちゅうかいたために	ぎゅうにゅう とうにゅう もち	こめ・むぎ・さとう・あぶら・ てんぷらこ・こま・かたくりこ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ちく わ・あおのり・こんぶ・かつお がし・こざかな・ちようせいと うにゅう・きなこ	きりぼしだいこん・にんじん・ にら・きくらげ・こんにゃく
8	水	ミルクパン	マカロニグラタン ミートボールイリトマトスー プリンゴゼリー	ぎゅうにゅう あられ	パン・マカロニ・あぶら・セ リー	ぎゅうにゅう・とりにく・チー ズ・ミートボール	たまねぎ・にんじん・しめじ・ とうもろこし・キャベツ・トマ ト・セロリー・にんにく
9	木	むぎいり ごはん	きんめだいのにつけ こまつなのいそあえ こやどうふのたまごとじ	ぎゅうにゅう スイート ポテト	こめ・むぎ・さとう・じゃがい も・あぶら・さつまいも・パ ター	ぎゅうにゅう・かまぼこ・きん めだいのり・こやどうふ・ たまご・なまクリーム	しょうが・こまつな・もやし・ たまねぎ・にんじん・さやいん げん・しいたけ・こんにゃく
10	金	わかめ ごはん	なましいたけととりにくのあげに ぶたじる	ぎゅうにゅう せんべい	こめ・むぎ・さとう・かたくり こ・あぶら・さといも	ぎゅうにゅう・わかめ・みそ・ とりにく・ぶたにく・とうふ	しいたけ・レモン・だいこん・ はくさい・ごぼう・にんじん・ ねぎ
11	土	とりなんぼん うどん	とりなんぼんうどん ヨーグルト	ぎゅうにゅう ビスケット	ほしうどん	とりにく・あぶらあげ・かまぼ こ・ヨーグルト・ぎゅうにゅう	にんじん・ねぎ・たまねぎ
13	月	むぎいり ごはん	なつとうみそ きゅうり けんちんじる	ぎゅうにゅう マフィン	こめ・むぎ・あぶら・さとう・ さといも・ケーキミックス・パ ター	ぎゅうにゅう・ぶたにく・なつ とう・みそ・とうふ	きゅうり・だいこん・にんじ ん・ごぼう・しいたけ・ねぎ・ こんにゃく
14	火	むぎいり ごはん	さばのたつたあげ あおのりポテト ぎゅうにくいりきんぴら	ぎゅうにゅう ビスケット	こめ・むぎ・かたくりこ・あぶ ら・さとう・じゃがいも	ぎゅうにゅう・さば・ぎゅうに く・あおのり	しょうが・ごぼう・にんじん・ たけのこ・こんにゃく
15	水	こくとう パン	ポークビーンズ こんにゃくサラダ	ぎゅうにゅう あられ	パン・あぶら・じゃがいも・さ とう・こま・ノンエッグマヨ ネーズ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・だい ず	にんにく・たまねぎ・にんじ ん・ほうれんそう・キャベツ・ こんにゃく
16	木	むぎいり ごはん	たらのさらさあげ かんとくに みかん	ぎゅうにゅう マカロニ あべかわ	こめ・むぎ・さといも・さと う・かたくりこ・あぶら・マカ ロニ	ぎゅうにゅう・がんもどき・た ら・とりだんご・きなこ	たいこん・にんじん・しょう が・みかん・こんにゃく
17	金	むぎいり ごはん (しょう)	カレーうどん れんこんサラダ	ぎゅうにゅう せんべい	こめ・むぎ・うどん・あぶら・ さとう・こま・さつまいも・ノ ンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・こざ かな	たまねぎ・にんじん・ねぎ・れ んこん・きゅうり・とうもろこ し
18	土	きしめん	きしめん ヨーグルト	ぎゅうにゅう あられ	きしめん	とりにく・あぶらあげ・なる と・ヨーグルト・ぎゅうにゅう	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
20	月	むぎいり ごはん	ぶたにくのしょうがいため とうにゅうじる スイートポテト	ぎゅうにゅう ビスケット	こめ・むぎ・あぶら・さとう・ じゃがいも	ぎゅうにゅう・ぶたにく・とう ふ・とうにゅう・みそ	しょうが・たまねぎ・にんじ ん・しめじ・ねぎ
21	火	むぎいり ごはん	わしょくのひ (こうようをイメージしてきげに、すりおろしたにんじんとマヨネーズをのせてやきました。)	ぎゅうにゅう いもケンピ	こめ・むぎ・じゃがいも・あぶ ら・さとう・ノンエッグマヨ ネーズ・さつまいも	ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・さ け	たまねぎ・にんじん・さやいん げん・りんご・こんにゃく
22	水	あげパン	スコッチブロス たいこんいりかいそうサラダ	ぎゅうにゅう あられ	パン・さとう・あぶら・じゃが いも・おおむぎ	ぎゅうにゅう・きなこ・ツナ・ とりにく・かいそうミックス	にんじん・たまねぎ・セロ リー・パセリ・きゅうり・だい こん・とうもろこし
24	金	むぎいり ごはん	あげマグロとだいこんのもの おからサラダ	ぎゅうにゅう 豆腐の ココア ブラウニー	こめ・むぎ・かたくりこ・あぶ ら・さとう・こま・ノンエッグ マヨネーズ・こめこ	ぎゅうにゅう・まぐろ・おか ら・ココア・とうふ	しょうが・だいこん・にんじ ん・きゅうり・たまねぎ
25	土	きつね うどん	きつねうどん ヨーグルト	ぎゅうにゅう ビスケット	ほしうどん	とりにく・あぶらあげ・かまぼ こ・ヨーグルト・ぎゅうにゅう	にんじん・たまねぎ・ねぎ
27	月	むぎいり ごはん	とうふとえびのトマトソースに やさいのちゅうかふうあえもの	ぎゅうにゅう ソーセージと チーズの むしパン	こめ・むぎ・あぶら・さとう・ かたくりこ・こむぎこ	ぎゅうにゅう・とうふ・えび・ ぶたにく・ちくわ・ウイン ナー・チーズ	にんじん・たけのこ・ねぎ・た まねぎ・しょうが・にんにく・ チンゲンサイ・もやし・きゅう り・パセリ
28	火	むぎいり ごはん	てづくりとうふいりハンバーグ ブロッコリーのおかかあえ さつまじる	ぎゅうにゅう あられ	こめ・むぎ・パンこ・さとう・ さつまいも	ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・ぶ たにく・とうふ・みそ・かつお がし	たまねぎ・だいこん・ごぼう・ にんじん・ねぎ・ブロッコ リー・こんにゃく
29	水	バーガー パン	てりやきチキン・そえキャベツ さつまいもとしめじのシチュー	ぎゅうにゅう ジャム サンド	パン・あぶら・バター・こむぎ こ・さとう・さつまいも・しょ くパン・ジャム	ぎゅうにゅう・ベーコン・とり にく	たまねぎ・にんじん・しめじ・ えだまめ・キャベツ
30	木	まつさか あかな チャーハン	さわらのバーベキューソース はるさめスープ	ぎゅうにゅう ビスケット	こめ・あぶら・はるさめ・さと う・かたくりこ	ぎゅうにゅう・ツナ・たまご・ やきぶた・さわら	まつさかあかな・たまねぎ・に んじん・もやし・にら・レモン

※乳児クラスは午前と午後のおやつ時に牛乳を飲みます。

保育園の幼児クラスは午後おやつ時に、こども園の幼児クラスは給食時に牛乳を飲みます。

【毎月最後の平日】乳児クラスは午後おやつ時に、幼児クラスは牛乳のかわりにのみヨーグルトを飲みます。

※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、各園において公表しています】

【毎月末頃に、松阪市子ども未来課のHPにも掲載しています。】

