

令和5年

# 8月の献立表



《給食目標》

朝ごはんはしっかり食べましょう

松阪市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			
		午前	前主食			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	火	フルーツ	ごはん	さわらの煮つけ マカロニサラダ・めひび汁	かぼちゃスコーン	米・みりん・さとう・マカロニ・マヨネーズ・小麦粉・油	さわら・ハム・めひび・豆腐・牛乳	しょうが・きゅうり・キャバツ・玉ねぎ・にんじん・えのき・ねぎ・かぼちゃ	
2	水	フルーツ	ごはん	豚肉のしょうが焼き なすのみそ汁・すいか	せんべい	米・みりん・油	ぶた肉・油揚げ・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・キャバツ・にんじん・玉ねぎ・ピーマン・なす・ねぎ・すいか	
3	木	あられ	ごはん	とりひき肉の照り焼き風 そうめん汁・型抜きチーズ	クープパイミン	米・さとう・みりん・パン粉・片栗粉・ごま・そうめん・コーンスターチ	とり肉・調整豆乳・型抜きチーズ・牛乳・ヨーグルト	しょうが・ねぎ・にんじん・えのき・玉ねぎ・レモン果汁・パイナップル	
4	金	ビスケット	ピラフ	ピラフ 豆乳スープ・バナナ	あられ	米・バター・じゃが芋	とり肉・ウインナー・調整豆乳・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・バナナ	
5	土			とり南蛮うどん 乳酸菌飲料		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	
7	月	せんべい	青菜ごはん	青菜ごはん・なすのグラタン 豆腐入りスープ	豆乳もち	米・マカロニ・バター・小麦粉・片栗粉・さとう	ぶた肉・とろけるチーズ・ベーコン・豆腐・牛乳・調整豆乳・きな粉	青菜ふりかけ・なす・玉ねぎ・トマトピューレ・ケチャップ・にんじん・キャバツ	
8	火	フルーツ	ごはん	さけのレモンしょうゆ焼き のり酢和え・盆汁	グレープゼリー	米・さとう・みりん	さけ・ツナ缶・角のり・油揚げ・豆腐・みそ・牛乳・セラチン・生クリーム	レモン果汁・しょうが・白ねぎ・キャバツ・こまつな・にんじん・かぼちゃ・なす・ごぼう・粉寒天・ぶどうジュース	
9	水	あられ	ごはん	肉じゃが・コールスローサラダ レモンゼリー	ビスケット	米・じゃが芋・油・さとう・みりん・マヨネーズ・レモンゼリー	ぎゅう肉・ハム・牛乳	玉ねぎ・にんじん・こんにゃく・キャバツ・きゅうり・コーン缶	
10	木	フルーツ	ごはん	油淋鶏・しそ和え 中華風スープ	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・キャバツ・にんじん・しそ・玉ねぎ・にら	
12	土			かやくうどん 乳酸菌飲料		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	
14	月	自由献立							
15	火	自由献立							
16	水	自由献立							
17	木	せんべい	夏野菜カレー	夏野菜カレー フルーツのゼリー和え	マカロニみたらし	米・油・バター・小麦粉・さとう・カットゼリー・マカロニ・みりん・片栗粉	ぶた肉・とろけるチーズ・牛乳	ローリエ・しょうが・にんにく・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ・みかん缶・パイナップル	
18	金	フルーツ	ごはん	みそ焼き豚・わかめスープ 野菜のごまマヨネーズ和え	ビスケット	米・さとう・ごま・みりん・マヨネーズ	ぶた肉・みそ・ちくわ・わかめ・豆腐・牛乳	きゅうり・キャバツ・にんじん・玉ねぎ	
19	土			わかめうどん 乳酸菌飲料		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	
21	月	せんべい	やきそば	やきそば じゃが芋入り野菜スープ ヨーグルト	ジャムサンド	中華そば・油・じゃが芋・食パン・ジャム	ぶた肉・ちくわ・青のり・花かつお・ウインナー・豆腐・ヨーグルト・牛乳	ピーマン・キャバツ・にんじん・玉ねぎ・ケチャップ	
22	火	フルーツ	ごはん	鶏肉のレモン漬け かぼちゃ煮・わかめのみそ汁	あられ	米・片栗粉・油・みりん・さとう	とり肉・豆腐・わかめ・みそ・牛乳	レモン果汁・かぼちゃ・えのき・にんじん・玉ねぎ	
23	水	あられ	ごはん	ひじきハンバーグ・ポイル野菜 トマトスープ	ビスケット	米・パン粉・さとう・油	含ひき肉・ひじき・調整豆乳・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・キャバツ・トマト	
24	木	ビスケット	ごはん	豚肉と厚揚げのみそ煮 小松菜サラダ・バナナ	ヨーグルトケーキ	米・じゃが芋・油・さとう・みりん・マヨネーズ・ごま・ケキミックス	ぶた肉・厚揚げ・みそ・ベーコン・牛乳・ヨーグルト	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・こまつな・キャバツ・バナナ	
25	金	ヨーグルト	ごはん	さけの塩焼き ばんさんすう・キャバツのみそ汁	せんべい	米・はるさめ・ごま・さとう・ごま油	さけ・ハム・卵・豆腐・みそ・牛乳	きゅうり・にんじん・キャバツ・玉ねぎ・ねぎ	
26	土			きつねうどん 乳酸菌飲料		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	
28	月	フルーツ	ごはん	とんてき風 チンゲンサイのレモン和え 夏野菜のみそ汁	オレンジゼリー	米・さとう・油	ぶた肉・ツナ缶・油揚げ・みそ・牛乳・セラチン・生クリーム	にんにく・玉ねぎ・チンゲンサイ・キャバツ・きゅうり・にんじん・レモン果汁・かぼちゃ・なす・粉寒天・オレンジジュース	
29	火	あられ	ごはん	魚の野菜ソースかけ かぼちゃサラダ・玉ねぎのすまし汁	ウエハース ビスケット	米・さとう・マヨネーズ	さわら・ハム・豆腐・わかめ・牛乳	ねぎ・しょうが・玉ねぎ・かぼちゃ・にんじん・きゅうり・しめじ	
30	水	せんべい	和風ガパオライス	和風ガパオライス 玉ねぎスープ・日向夏ゼリー	バナナマフィン	米・油・みりん・さとう・日向夏ゼリー・ケキミックス・バター	とり肉・豆腐・牛乳	にんにく・ピーマン・赤パプリカ・玉ねぎ・しめじ・にんじん・キャバツ・バナナ	
31	木	チーズ	ごはん	タンドリーチキン・ビーンズサラダ みだくさんスープ	せんべい	米・さとう・マヨネーズ	とり肉・ヨーグルト・ひじき・ゆで大豆・ツナ缶・のむヨーグルト	ケチャップ・にんじん・きゅうり・エリンギ・キャバツ・玉ねぎ	

※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、松阪市こども未来課のHPにも掲載しています。】

