

令和5年

4月の献立表



《給食目標》

給食やおやつになれましょう

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		
						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	土			きしめん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト		きしめん	とり肉・油揚げ・なると・乳酸菌飲料	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
3	月	牛乳 フルーツ	ごはん	ポークシチュー・型抜きチーズ キャベツとコーンのサラダ	牛乳 ビスケット	米・油・じゃが芋・バター・小麦粉・さとう・マヨネーズ	ぶた肉・ちくわ・型抜きチーズ・牛乳	ローリエ・にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・トマトピューレ・キャベツ・コーン缶
4	火	牛乳 せんべい	ごはん	さけのマヨネーズ焼き しそ和え・えんどう入りすまし汁	牛乳 あられ	米・マヨネーズ	さけ・みそ・豆腐・牛乳	玉ねぎ・乾燥パセリ・キャベツ・にんじん・しそ・さやえんどう・えのき
5	水	りんごジュース ビスケット	ごはん	ハワイアンチキン ハムサラダ・みだくさんスープ	牛乳 せんべい	米・みりん・ごま・マヨネーズ	とり肉・ハム・ベーコン・牛乳	パイン缶・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・しめじ
6	木	りんごジュース あられ	ごはん	みそハンバーグ・昆布和え わかめスープ	牛乳 マカロニあべかわ	米・油・さとう・パン粉・マカロニ	合びき肉・調整豆乳・みそ・塩昆布・わかめ・ベーコン・豆腐・牛乳・きな粉	玉ねぎ・キャベツ・にんじん
7	金	牛乳 せんべい	カレー ライス	カレーライス フルーツのゼリー和え	牛乳 ウエハース ビスケット	米・じゃが芋・油・カレールーウ・カットゼリー	ぶた肉・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・ローリエ・みかん缶・パイン缶
8	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
10	月	牛乳 あられ	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	ぶた肉・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
11	火	牛乳 せんべい	ちゃんぽん うどん	ちゃんぽんうどん そぼろ和え・さくらゼリー	牛乳 / 豆腐の ココアブラウニー	干しうどん・片栗粉・ごま油・さとう・みりん・さくらゼリー・米粉・油	ぶた肉・なると・ツナ缶・牛乳・ココア・豆腐	にんじん・はくさい・玉ねぎ・もやし・ねぎ・きゅうり・キャベツ
12	水	牛乳 チーズ	ごはん	鶏肉のから揚げ ごま酢和え・玉ねぎのすまし汁	牛乳 ビスケット	米・片栗粉・油・ごま油・さとう・ごま	とり肉・豆腐・牛乳	しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
13	木	牛乳 ビスケット	ごはん	豚肉のソースマリネ キャベツスープ・ヨーグルト	牛乳 豆乳ケーキ	米・油・さとう・小麦粉	ぶた肉・ベーコン・ヨーグルト・牛乳・調整豆乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・ケチャップ・キャベツ
14	金	牛乳 フルーツ	ごはん	さけの塩焼き・スパゲティサラダ 春野菜のみそ汁	牛乳 あられ	米・スパゲティ・マヨネーズ・じゃが芋	さけ・ハム・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・さやえんどう
15	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
17	月	牛乳 フルーツ	ごはん	みそ焼き豚・のり酢和え 麩入りすまし汁	牛乳 ビスケット	米・さとう・ごま・みりん	ぶた肉・みそ・ツナ缶・角のり・まめ麩・牛乳	キャベツ・小松菜・にんじん・玉ねぎ・はくさい・ねぎ
18	火	ヨーグルト	ごはん	さわらの煮つけ・もやしのみそ汁 野菜のごまマヨネーズ和え	牛乳 あられ	米・みりん・さとう・マヨネーズ・ごま	さわら・ちくわ・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・ねぎ
19	水	牛乳 せんべい	わかめ ごはん	わかめごはん・豆腐のすまし汁 鶏肉とたけのこの煮物	牛乳 ラスク	米・油・さとう・みりん・食パン・バター・グラニュー糖	わかめ・しらす干し・とり肉・さつま揚げ・豆腐・牛乳	たけのこ・にんじん・玉ねぎ・えのき・ねぎ
20	木	牛乳 ビスケット	ごはん	鶏肉のさっぱり焼き マカロニサラダ・玉ねぎのみそ汁	牛乳 グレーゼリー	米・さとう・みりん・マカロニ・マヨネーズ	とり肉・ハム・豆腐・わかめ・みそ・牛乳・ゼラチン	しょうが・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ・粉寒天・ぶどうジュース
21	金	牛乳 あられ	ごはん	豚肉とキャベツのみそ炒め そうめん汁・バナナ	牛乳 せんべい	米・油・さとう・みりん・そうめん	ぶた肉・赤みそ・わかめ・牛乳	しょうが・キャベツ・ピーマン・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・バナナ
22	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・ねぎ・玉ねぎ
24	月	牛乳 ウエハース	たけのこ ごはん	たけのこごはん ツナサラダ・わかめのすまし汁	牛乳 ヨーグルト蒸しパン	米・油・みりん・マヨネーズ・小麦粉・さとう	とり肉・油揚げ・ツナ缶・わかめ・豆腐・牛乳・ヨーグルト	たけのこ・にんじん・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ
25	火	牛乳 せんべい	ごはん	あじの竜田揚げ ばんさんすう・玉ねぎのスープ	牛乳 あられ	米・片栗粉・油・はるさめ・ごま・さとう・ごま油	あじ・ハム・ウインナー・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ
26	水	牛乳 フルーツ	ごはん	豚肉のしょうが焼き・豆腐のみそ汁 コールスローサラダ	牛乳 せんべい	米・みりん・油・マヨネーズ・さとう	ぶた肉・ハム・豆腐・油揚げ・みそ・牛乳	しょうが・キャベツ・玉ねぎ・きゅうり・にんじん・ねぎ
27	木	牛乳 あられ	ごはん	肉じゃが・和風サラダ すりおろしりんごゼリー	牛乳 ホットケーキ	米・じゃが芋・油・さとう・みりん・りんごゼリー・ケーキミックス・バター・メープルシロップ	ぎゅう肉・牛乳	玉ねぎ・にんじん・糸こんにゃく・きゅうり・キャベツ・パイン缶
28	金	牛乳 フルーツ	ごはん	鶏肉のケチャップ焼き ひじきサラダ・わかめのみそ汁	のむヨーグルト ビスケット	米・さとう・みりん・マヨネーズ	とり肉・ひじき・ツナ缶・わかめ・豆腐・みそ・のむヨーグルト	ケチャップ・にんにく・にんじん・きゅうり・キャベツ・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。】

