

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	牛乳 あられ	きしめん	きしめん ヨーグルト	牛乳 せんべい	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
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・パ 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	パイナップル・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・ペ 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	牛乳 ビスケット	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
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	牛乳 あられ	かやく うどん	かやくうどん 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
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	牛乳 せんべい	わかめ うどん	わかめうどん 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・ヨーグルト	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・さど 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。】

