

令和5年

# 6月の献立表

《給食目標》

食べたあとは、うがいや歯みがきをしましょう



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			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 木	牛乳 ビスケット	ごはん	豚肉のソースマリネ 豆腐入りスープ・型抜きチーズ	牛乳 麩のラスク	米・油・さとう・バター・グラニュー糖	ぶた肉・ウインナー・豆腐・型抜きチーズ・つゆ麩・牛乳	玉ねぎ・人参・エリンギ・ケチャップ・キャベツ	
2 金	牛乳 フルーツ	ごはん	さわらの煮つけ・スパゲティサラダ えのきのすまし汁	牛乳 あられ	米・みりん・さとう・スパゲティ・マヨネーズ	さわら・ハム・豆腐・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじん・キャベツ・えのき・玉ねぎ・ねぎ	
3 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
5 月	牛乳 せんべい	五目 ごはん	五目ごはん ハムサラダ・玉ねぎのすまし汁	牛乳 豆乳ケーキ	米・油・みりん・マヨネーズ・小麦粉・さとう	とり肉・油揚げ・ハム・豆腐・牛乳・調整豆乳	ごぼう・にんじん・干しいたけ・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ	
6 火	ヨーグルト	ごはん	さけのレモンしょうゆ焼き ひじきの炒り煮・キャベツのみそ汁	牛乳 せんべい	米・さとう・みりん・油	さけ・だいず・ひじき・さつま揚げ・豆腐・わかめ・白みそ・牛乳	レモン果汁・しょうが・白ねぎ・にんじん・キャベツ・玉ねぎ	
7 水	牛乳 フルーツ	ごはん	豚肉のしょうが焼き はるさめサラダ・わかめスープ	牛乳 チヂミ	米・みりん・油・はるさめ・マヨネーズ・ごま油・小麦粉・ごま	ぶた肉・ハム・わかめ・ベーコン・豆腐・牛乳・ちくわ	しょうが・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじん・にら	
8 木	牛乳 あられ	ごはん	チキンカツ・ポイル野菜 もやしのみそ汁	牛乳 ビスケット	米・マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油・さとう	とり肉・豆腐・みそ・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじん・もやし・玉ねぎ・ねぎ	
9 金	牛乳 せんべい	ごはん	豚肉と厚揚げのみそ煮・バナナ 野菜のごまマヨネーズ和え	牛乳 あられ	米・さといも・油・さとう・みりん・マヨネーズ・ごま	ぶた肉・厚揚げ・みそ・ちくわ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・きゅうり・キャベツ・バナナ	
10 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
12 月	牛乳 ビスケット	ごはん	鶏肉の照り焼き 和風サラダ・わかめのみそ汁	牛乳 りんごゼリー	米・油・みりん・さとう	とり肉・わかめ・豆腐・みそ・牛乳・ゼラチン	きゅうり・キャベツ・にんじん・パイン缶・玉ねぎ・ねぎ・粉毒天・りんごジュース	
13 火	牛乳 フルーツ	ピビンパ丼	ピビンパ丼・ヨーグルト エリンギスープ	牛乳 せんべい	米・さとう・みりん・ごま油・油・ごま	ぶたひき肉・卵・赤みそ・ウインナー・豆腐・ヨーグルト・牛乳	にんにく・しょうが・もやし・にんじん・きゅうり・エリンギ・玉ねぎ	
14 水	牛乳 フルーツ	ごはん	とんてき風・麩入りすまし汁 キャベツとコーンのサラダ	牛乳 バイクドジャガ	米・さとう・油・マヨネーズ・じゃが芋	ぶた肉・ちくわ・豆腐・つゆ麩・牛乳・あおのり	にんにく・玉ねぎ・キャベツ・コーン缶・にんじん	
15 木	牛乳 せんべい	ごはん	ハワイアンチキン・野菜のごま和え 玉ねぎのみそ汁	牛乳 ビスケット	米・みりん・ごま・さとう	とり肉・ちくわ・豆腐・みそ・牛乳	パイン缶・キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・なす・ねぎ	
16 金	牛乳 あられ	ごはん	牛肉のしぐれ煮・ごま酢和え 豆腐のすまし汁	牛乳 ウエハース ビスケット	米・油・さとう・ごま油・ごま	ぎゅう肉・豆腐・わかめ・牛乳	糸こんにゃく・ごぼう・にんじん・しょうが・きゅうり・もやし・玉ねぎ・ねぎ	
17 土			きしめん 乳酸菌飲料			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
19 月	牛乳 フルーツ	ごはん	とり塩レモン・ツナサラダ 野菜スープ	牛乳 クープオレンジ	米・油・さとう・マヨネーズ・コーンスターチ	とり肉・塩こんぶ・ツナ缶・ベーコン・豆腐・牛乳・ヨーグルト	レモン果汁・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・みかん缶	
20 火	牛乳 せんべい	ごはん	あじの南蛮漬け 豆腐のみそ汁・ピーチゼリー	牛乳 ビスケット	米・片栗粉・油・ごま・さとう・ごま油・ピーチゼリー	あじ・豆腐・みそ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・もやし・ねぎ	
21 水	牛乳 あられ	ドライ カレー	ドライカレー・バナナ チンゲンサイスープ	牛乳 せんべい	米・油	合びき肉・ゆで大豆・ウインナー・豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ・チンゲンサイ・バナナ	
22 木	牛乳 フルーツ	ごはん	豚肉と高野豆腐の煮物 トマトのナムル・あじさいゼリー	牛乳 じゃこトースト	米・油・みりん・さとう・ごま・ごま油・あじさいゼリー・食パン・マヨネーズ	ぶた肉・高野豆腐・牛乳・しらす干し	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・トマト・きゅうり・もやし・乾燥パセリ	
23 金	牛乳 ビスケット	ごはん	みそハンバーグ 昆布和え・みだくさんスープ	牛乳 あられ	米・油・さとう・パン粉	合びき肉・調整豆乳・みそ・塩こんぶ・ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・キャベツ・にんじん	
24 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
26 月	牛乳 フルーツ	ごはん	タンドリーチキン・玉ねぎのスープ 野菜とひじきの和え物	牛乳 せんべい	米・さとう・ごま	とり肉・ヨーグルト・ちくわ・ひじき・ウインナー・豆腐・牛乳	ケチャップ・きゅうり・にんじん・キャベツ・もやし・玉ねぎ	
27 火	牛乳 ウエハース	ごはん	魚の野菜ソースかけ ポテトサラダ・わかめのすまし汁	牛乳 りんご蒸しパン	米・さとう・じゃが芋・マヨネーズ・米粉・油	さわら・ハム・わかめ・豆腐・牛乳	ねぎ・しょうが・玉ねぎ・きゅうり・にんじん・りんごジュース	
28 水	牛乳 ビスケット	ごはん	鶏肉のから揚げ しそ和え・きのこのみそ汁	牛乳 あられ	米・片栗粉・油	とり肉・豆腐・赤みそ・牛乳	しょうが・にんにく・キャベツ・にんじん・しそ・しめじ・玉ねぎ・ねぎ	
29 木	牛乳 せんべい	スパゲティ ミートソース	スパゲティミートソース コールスローサラダ・バナナ	牛乳 豆腐のココア ブラウニー	スパゲティ・油・小麦粉・さとう・マヨネーズ・米粉・片栗粉	合びき肉・牛乳・ココア・豆腐	にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・きゅうり・バナナ	
30 金	牛乳 チーズ	ごはん	みそ焼き豚・オリエンタルサラダ みだくさんすまし汁	のむヨーグルト ビスケット	米・さとう・ごま・みりん・コーンフレーク・油・ごま油	ぶた肉・ツナ缶・豆腐・のむヨーグルト	キャベツ・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・しめじ・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。】

