

令和5年 6月の献立表



松阪市北部学校給食センター（たけっピーランチ）・松阪市こども局こども未来課 保育幼稚園係

日	曜日	主食	献立名	午後おやつ	材 料 名			
					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	木	むぎいりごはん <small>(小)</small>	ジャージャーめん あおじそふうみのかいそう サラダ	ぎゅうにゅう	ふのラスク	こめ・むぎ・やきそばめん・あぶら・さとう・かたくり こ・バター・グラニューとう	ぎゅうにゅう・ぶたにく・みそ・かいそうミックス・ツナ・つゆ	にんじん・チンゲンサイ・もやし・しょうが・たまねぎ・ねぎ・きゅうり
2	金	むぎいりごはん	こもくきんぴら とりにくのマーマレードやき きゅうりのマリネ	ぎゅうにゅう	あられ	こめ・むぎ・こんにゃく・さとう・あぶら・ごま	ぎゅうにゅう・さつまあげ・とりにく	ごぼう・にんじん・にんにく・マーマレード・きゅうり・さやいんげん
3	土	かやくうどん	かやくうどん 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
5	月	むぎいりごはん	マーボー豆腐 はるさめサラダ	ぎゅうにゅう	とうにゅう ケーキ	こめ・むぎ・あぶら・さとう・かたくり・こ・はるさめ・ごま・こむぎこ	ぎゅうにゅう・とうふ・ぶたにく・みそ・ツナ・ちよせいとうにゅう	たまねぎ・にんじん・しいたけ・にんにく・しょうが・ねぎ・きゅうり
6	火	まつさかしのあじごはん	すましじる こまつなごますあえ	ぎゅうにゅう	せんべい	こめ・あぶら・さとう・ごま	ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・かまぼこ・とうふ・わかめ・ツナ	にんじん・ごぼう・しめじ・たまねぎ・ねぎ・こまつな・キャベツ
ちやちやランチ(うれしのでとれたトマトをつかった「トマトソースパグティ」です。20日にもとうじょうします。)								
7	水	こがたコッパン	トマトソースパグティ だいすいりサラダ いちごジャム	ぎゅうにゅう	チチミ	パン・パグティ・あぶら・さとう・ジャム・ごま・あぶら・こむぎこ・みりん・ごま	ぎゅうにゅう・ベーコン・だいす・ちくわ	たまねぎ・トマト・にんにく・キャベツ・きゅうり・にんじん・にら
8	木	むぎいりごはん	きりぼしだいこんのちゅうかふう ういために / さわらのにつけ チンゲンサイのおかかあえ	ぎゅうにゅう	ビスケット	こめ・むぎ・こんにゃく・さとう・あぶら	ぎゅうにゅう・ぶたにく・さわら・かつおぶし	きりぼしだいこん・にんじん・にら・きくらげ・しょうが・チンゲンサイ・もやし
わしよくのひ(ひじきとやさいのはいった、てづくりかきあげに、みそしるです。)								
9	金	わかめごはん	ひじきいりかきあげ とうふのみそしる	ぎゅうにゅう	あられ	こめ・むぎ・てんぷらこ・あぶら・じゃがいも	ぎゅうにゅう・わかめ・だいす・とうふ・ひじき・あぶらあげ・みそ	にんじん・たまねぎ・ごぼう・ねぎ
10	土	とりなんばんうどん	とりなんばんうどん 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
12	月	むぎいりごはん	はつぼうさい あじのからあげ わらびもち	ぎゅうにゅう	りんごゼリー	こめ・むぎ・あぶら・かたくり・こ・わらびもち・さとう	ぎゅうにゅう・あじ・ぶたにく・ゼラチン	しょうが・しいたけ・キャベツ・たけのこ・にんじん・たまねぎ・チンゲンサイ・こなかつてん・りんごジュース
13	火	むぎいりごはん	とうふのにくみそあんかけ ツナときゅうりのすのもの	ぎゅうにゅう	せんべい	こめ・むぎ・あぶら・さとう・かたくり・ごま	ぎゅうにゅう・とうふ・ぶたにく・みそ・ツナ・わかめ	たまねぎ・にんじん・しいたけ・しょうが・きゅうり・とうもろこし
サミットきゅうしよく(いぎりすりよりのアングリーズとスコッチプロスです。)								
14	水	バーガーパン	ぶたにくのアングリーズ そえキャベツ スコッチプロス	ぎゅうにゅう	ペイクドジャガ	パン・かたくり・こ・あぶら・さとう・パン・こ・じゃがいも・おむぎ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・とりにく・あおのり	キャベツ・にんじん・たまねぎ・セロリー・パセリ
15	木	むぎいりごはん	にくじゃが あつあげのやさいあんかけ	ぎゅうにゅう	ビスケット	こめ・むぎ・じゃがいも・こんにゃく・あぶら・さとう・かたくり	ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・あつあげ	たまねぎ・にんじん・さやいんげん
16	金	むぎいりごはん	なつやさいカレー キャベツとコーンのサラダ	ぎゅうにゅう	ウエハースビスケット	こめ・むぎ・あぶら・こむぎこ・コーン・レッシング	ぎゅうにゅう・とりにく・ツナ	しょうが・にんにく・セロリー・たまねぎ・にんじん・なす・かぼちゃ・とうもろこし・キャベツ・きゅうり
17	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・たまねぎ
19	月	むぎいりごはん	たれつきからあげ キャベツのあおじそあえ もずくスープ	ぎゅうにゅう	クープオレンジ	こめ・むぎ・かたくり・こ・あぶら・さとう・コーン・スターチ	ぎゅうにゅう・とりにく・もずく・とうふ・かまぼこ・ヨーグルト	にんにく・キャベツ・にんじん・たまねぎ・ねぎ・レモン・かじゅう・みかんかん
20	火	むぎいりごはん	トマトぎゅうどん いせあらのサラダ	ぎゅうにゅう	ビスケット	こめ・むぎ・あぶら・こんにゃく・さとう	ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・あらめ・ツナ	たまねぎ・ねぎ・トマト・ごぼう・キャベツ・とうもろこし
21	水	ミルクパン	マカロニグラタン やさいのスープに ももゼリー	ぎゅうにゅう	せんべい	パン・マカロニ・あぶら・じゃがいも・ゼリー	ぎゅうにゅう・とりにく・チーズ・ウイナー	たまねぎ・にんじん・しめじ・とうもろこし・チンゲンサイ
22	木	むぎいりごはん	まぐろのみそカツ そえキャベツ フチぎょうざスープ	ぎゅうにゅう	じゃこトースト	こめ・むぎ・てんぷらこ・パン・こ・あぶら・さとう・しょうパン・マヨネーズ	ぎゅうにゅう・まぐろ・みそ・ぎょうざ・しらすぼし	キャベツ・にんじん・たまねぎ・にら・しいたけ・かんそうパセリ
23	金	ナン	だいすいりキーマカレー ひじきのサラダ かたぬきクリームチーズ	ぎゅうにゅう	あられ	ナン・あぶら・さとう	ぎゅうにゅう・とりにく・ぶたにく・だいす・ひじき・ツナ・チーズ	たまねぎ・にんじん・ピーマン・にんにく・しょうが・セロリー・トマト・きゅうり・とうもろこし
24	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・ねぎ・玉ねぎ
26	月	むぎいりごはん	かじきのすぶたふう おからサラダ	ぎゅうにゅう	せんべい	こめ・むぎ・かたくり・こ・あぶら・さとう・ごま・ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう・かじき・おから	しょうが・ピーマン・たまねぎ・にんじん・たけのこ・にんにく・しいたけ・きゅうり
27	火	むぎいりごはん	なすとあつあげのみそいため あじパークのケチャップソース さくらんぼゼリー	ぎゅうにゅう	りんご蒸しパン	こめ・むぎ・あぶら・さとう・ごま・ゼリー・こめこ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・あつあげ・みそ・まあじパーク	なす・にんじん・たまねぎ・たけのこ・ピーマン・りんごジュース
28	水	こくとろパン	ポークビーンズ ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう	あられ	パン・あぶら・ごま・さとう・じゃがいも・ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・だいす	にんにく・たまねぎ・にんじん・ごぼう・とうもろこし・きゅうり
29	木	むぎいりごはん	なっとうみそ きゅうり ごもくじる	ぎゅうにゅう	とうふのココアブラウニー	こめ・むぎ・あぶら・さとう・こんにゃく・こめこ・かたくり	ぎゅうにゅう・ぶたにく・なっとう・みそ・とうふ・あぶらあげ・ココア・とうふ	きゅうり・たまねぎ・だいこん・にんじん・ねぎ
30	金	カレーピラフ	さわらのマリネ ミネストローネ	ぎゅうにゅう	ビスケット	こめ・あぶら・かたくり・こ・さとう・じゃがいも	ぎゅうにゅう・とりにく・さわら・ベーコン	たまねぎ・にんじん・とうもろこし・パプリカ・セロリー・トマト・にんにく

*こども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】

【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。】

