

令和5年

7月の献立表



《給食目標》

手をきれいに洗いましょう

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	土		わかめうどん	わかめうどん	あられ	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
3	月	ビスケット	わかめごはん	わかめごはん・冷しゃぶサラダ なすのみそ汁	 ヨーグルト蒸しパン	米・さとう・ねりごま・ごま油・ケーキミックス	わかめ・ぶた肉・豆腐・みそ・牛乳・ヨーグルト	キャベツ・きゅうり・にんじん・ねぎ・なす・玉ねぎ
4	火		あじのレモン漬け	あじのレモン漬け マカロニサラダ・野菜スープ	せんべい	米・片栗粉・油・さとう・みりん・マカロニ・マヨネーズ	あじ・ハム・ウインナー・豆腐・牛乳	レモン果汁・きゅうり・キャベツ・にんじん・玉ねぎ
5	水	あられ	夏野菜カレー	夏野菜カレー フルーツムース	せんべい	米・油・バター・小麦粉・さとう・ムースベース	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・パナナ・パイン缶・みかん缶・もも缶
6	木	ビスケット	鶏肉のケチャップ焼き	鶏肉のケチャップ焼き 切干大根煮・モロヘイヤスープ	 マカロニあべかわ	米・さとう・みりん・マカロニ	とり肉・さつま揚げ・ベーコン・豆腐・牛乳・きな粉	ケチャップ・にんにく・切干大根・にんじん・モロヘイヤ・キャベツ・玉ねぎ
7	金	せんべい	五目寿司	五目寿司・お星さま汁 天の川ゼリー	あられ	米・さとう・みりん・そうめん・天の川ゼリー	卵・ツナ缶・高野豆腐・きざみのり・牛乳	きゅうり・にんじん・干しいたけ・おくら・玉ねぎ・えのき
8	土	あられ	とり南蛮うどん	とり南蛮うどん ヨーグルト	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
10	月	フルーツ	スコップコロッケ	スコップコロッケ・おかか和え 玉ねぎのスープ	ウエハース ビスケット	米・じゃが芋・みりん・パン粉・油	合ひき肉・とろけるチーズ・調整豆乳・花かつお・ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・なす
11	火	せんべい	さげのマヨネーズ焼き	さげのマヨネーズ焼き きゅうりとわかめの酢の物 キャベツのみそ汁	あられ	米・マヨネーズ・さとう	さげ・みそ・わかめ・ちくわ・豆腐・牛乳	玉ねぎ・乾燥パセリ・きゅうり・みかん缶・キャベツ・にんじん・ねぎ
12	水	フルーツ	とんてき風・小松菜サラダ	とんてき風・小松菜サラダ 麩入りすまし汁	 茹でとうもろこし	米・さとう・油・マヨネーズ・ごま	ぶた肉・ベーコン・つゆ麩・豆腐・牛乳	玉ねぎ・こまつな・キャベツ・にんじん・ねぎ・とうもろこし・にんにく
13	木	ビスケット	肉みそかけうどん	肉みそかけうどん ごま酢和え・型抜きチーズ	 クープオレンジ	干しうどん・油・さとう・片栗粉・ごま油・ごま・コーンスターチ	ぶた肉・赤みそ・型抜きチーズ・牛乳・ヨーグルト	しょうが・にんじん・生しいたけ・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・レモン果汁・みかん缶
14	金	あられ	煮込み風ハンバーグ	煮込み風ハンバーグ 夏野菜ソース レタススープ・パナナ	せんべい	米・パン粉・油・さとう	合ひき肉・調整豆乳・豆腐・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマン・なす・ケチャップ・レタス・パナナ
15	土	せんべい	かやくうどん	かやくうどん ヨーグルト	ビスケット	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
18	火	フルーツ	鶏肉のから揚げ	鶏肉のから揚げ・しそ和え 豆腐入りスープ	あられ	米・片栗粉・油	とり肉・ベーコン・豆腐・牛乳	しょうが・にんにく・キャベツ・にんじん・しそ・玉ねぎ・乾燥パセリ
19	水	ビスケット	マーボーなす	マーボーなす・ヨーグルト トマトときゅうりの甘酢和え	 野菜ケーキサレ	米・片栗粉・さとう・油・小麦粉	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・ヨーグルト・牛乳・ベーコン・細切りチーズ	なす・玉ねぎ・にんじん・しょうが・干しいたけ・トマト・きゅうり
20	木	チーズ	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉のマーマレード焼き キャベツのごま和え 夏野菜のみそ汁	 りんごゼリー	米・油・オレンジマーマレード・ごま・さとう	とり肉・ちくわ・油揚げ・豆腐・みそ・牛乳・ゼラチン	オレンジジュース・キャベツ・にんじん・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・粉寒天・りんごジュース
21	金	あられ	肉じゃが	肉じゃが・青りんご風ゼリー キャベツとコーンのサラダ	せんべい	米・じゃが芋・油・さとう・みりん・マヨネーズ・青りんご風ゼリー	ぎゅう肉・ちくわ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・糸こんにゃく・キャベツ・コーン缶
22	土	せんべい	きしめん	きしめん ヨーグルト	あられ	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
24	月	ビスケット	ポークビーンズ	ポークビーンズ・パナナ 野菜とひじきの和え物	 小倉豆乳蒸しパン	米・じゃが芋・さとう・小麦粉	ゆで大豆・ぶた肉・ひじき・牛乳・調整豆乳・甘納豆	にんじん・玉ねぎ・トマト・ケチャップ・きゅうり・キャベツ・パナナ・ローリエ
25	火	ヨーグルト	さわらのみそ焼き	さわらのみそ焼き ばんさんすう・冬瓜のすまし汁	ビスケット	米・みりん・はるさめ・ごま・さとう・ごま油	さわら・白みそ・ハム・卵・つゆ麩・牛乳	きゅうり・にんじん・とうがん・玉ねぎ・ねぎ
26	水	あられ	鶏肉のごまからめ	鶏肉のごまからめ 和風サラダ・豆腐のみそ汁	せんべい	米・片栗粉・油・さとう・みりん・ごま	とり肉・油揚げ・豆腐・赤みそ・牛乳	しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・パイン缶・なす・玉ねぎ・ねぎ
27	木	ウエハース	とりみそ焼き	とりみそ焼き・わかめスープ コールスローサラダ	 オレンジゼリー	米・さとう・みりん・ごま油・マヨネーズ	とり肉・赤みそ・わかめ・豆腐・ベーコン・牛乳・ゼラチン・生クリーム	キャベツ・にんじん・にら・にんにく・きゅうり・玉ねぎ・粉寒天・オレンジジュース
28	金	フルーツ	さんまのかば焼き	さんまのかば焼き・トマトのナムル えのきのすまし汁	あられ	米・片栗粉・油・さとう・みりん・ごま・ごま油	さんま・豆腐・牛乳	トマト・きゅうり・にんじん・えのき・玉ねぎ・ねぎ
29	土	ビスケット	きつねうどん	きつねうどん ヨーグルト	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・玉ねぎ・ねぎ
31	月	あられ	鶏肉のさっぱり焼き	鶏肉のさっぱり焼き ポテトサラダ・わかめのみそ汁	ビスケット	米・さとう・みりん・じゃが芋・マヨネーズ	とり肉・ハム・豆腐・わかめ・みそ・のむヨーグルト	しょうが・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・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む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。】

