

令和6年 3月の献立表

土曜日保育実施園

《給食目標》 ともだちとたのしくたべましょう

松阪市こども未来課保育幼稚園係

5歳児クラスからのリクエストメニューです。(★ 4日実施)

日	曜日	3歳未満児		献立名	午後おやつ	材 料 名		
		午お	前主			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	金	チーズ	五目寿司	五目寿司 麩入りすまし汁・三色花ゼリー	あられ	こめ・さとう・油・みりん・ごま・ゼリー	たまご・ツナ・高野豆腐・きざみのり・豆腐・まめ麩・牛乳	なばな・にんじん・干しいたけ・えのき・玉ねぎ
2	土	ビスケット	うどん	かやくうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	せんべい	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
4	月	ビスケット	ごはん	チキンカツ・ポイル野菜 わかめスープ	せんべい	こめ・マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油・さとう	とり肉・わかめ・ベーコン・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじん・玉ねぎ
5	火	フルーツ	ごはん	さけの塩焼き・ばんさんすう キャベツのみそ汁	豆乳もち	こめ・はるさめ・ごま・さとう・ごま油・片栗粉	さけ・ハム・油揚げ・わかめ・みそ・牛乳・調整豆乳・きなこ	きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ
6	水	せんべい	カレーライス	カレーライス フルーツヨーグルトサラダ★	あられ	こめ・油・じゃが芋・バター・小麦粉・さとう	ぶた肉・チーズ・牛乳・ヨーグルト・生クリーム	ローリエ・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・バナナ・もも缶・パイン缶・みかん缶
7	木	フルーツ	ごはん	豚肉のしょうが焼き・そぼろ和え さつま芋のみそ汁	さくら色蒸しパン	こめ・みりん・油・さとう・さつま芋・クーキミックス・ジャム	ぶた肉・ツナ・油揚げ・みそ・牛乳・ヨーグルト	しょうが・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじん・ねぎ
8	金	あられ	ごはん	スコップコロケ・おかか和え 豆腐入りスープ	ウエハース ビスケット	こめ・じゃが芋・みりん・パン粉・油	合ひき肉・チーズ・花かつお・ベーコン・豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ
9	土	せんべい	うどん	きつねうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	あられ	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
11	月	フルーツ	ごはん	鶏肉の照り焼き・のり酢和え 豆腐のみそ汁	★ グレープゼリー	こめ・油・みりん・さとう	とり肉・ツナ・角のり・豆腐・わかめ・みそ・牛乳・ゼラチン・生クリーム	キャベツ・こまつな・にんじん・玉ねぎ・ねぎ・粉寒天・ぶどうジュース
12	火	あられ	ごはん	ぶりの煮つけ・れんこんサラダ 玉ねぎのみそ汁	せんべい	こめ・みりん・さとう・マヨネーズ	ぶり・ハム・豆腐・わかめ・みそ・牛乳	しょうが・れんこん・にんじん・きゅうり・だいこん・玉ねぎ・ねぎ
13	水	フルーツ	スパゲティミートソース	スパゲティミートソース 和風サラダ・型抜きチーズ	ジャムサンド	スパゲティ・油・小麦粉・さとう・食パン・ジャム	合ひき肉・型抜きチーズ・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・きゅうり・キャベツ
14	木	せんべい	ごはん	ひじきハンバーグ・ポイル野菜 豆乳スープ★	ビスケット	こめ・パン粉・油・さとう・じゃが芋	合ひき肉・ひじき・調整豆乳・ベーコン・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・キャベツ
15	金	ビスケット	赤飯	赤飯・鶏肉のから揚げ 昆布和え・玉ねぎのすまし汁 お祝いゼリー	あられ	もちこめ・こめ・黒ごま・片栗粉・油・ゼリー	あずき・とり肉・塩昆布・豆腐・牛乳	しょうが・にんにく・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
16	土	あられ	うどん	わかめうどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	せんべい	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
18	月	フルーツ	ごはん	とりみそ焼き・大根のすまし汁 ヨーグルト	揚げパン	こめ・さとう・みりん・ロールパン・油	とり肉・赤みそ・ヨーグルト・牛乳・きな粉	キャベツ・にんじん・にら・にんにく・だいこん・玉ねぎ・えのき・ねぎ
19	火	ウエハース	ごはん	あじの竜田揚げ ポテトサラダ・エリンギスープ	せんべい	こめ・片栗粉・油・じゃが芋・マヨネーズ	あじ・ハム・牛乳	しょうが・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・エリンギ・キャベツ
21	木	あられ	混ぜごはん	牛肉とごぼうの混ぜごはん マカロニサラダ もやしのみそ汁	豆腐のココア ブラウニー	こめ・さとう・マカロニ・マヨネーズ・米粉・片栗粉・油	ぎゅう肉・ハム・みそ・牛乳・ココア・豆腐	ごぼう・しょうが・きゅうり・にんじん・キャベツ・はくさい・もやし・玉ねぎ・ねぎ
22	金	ヨーグルト	ごはん	さわらの西京焼き風 和風大根サラダ・そうめん汁	ビスケット	こめ・みりん・さとう・ごま油・ごま・そうめん	さわら・白みそ・ハム・花かつお・豆腐・牛乳	だいこん・きゅうり・にんじん・玉ねぎ・ねぎ
23	土	あられ	きしめん	きしめん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	せんべい	きしめん	とり肉・油揚げ・なると・乳酸菌飲料	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
25	月	フルーツ	わかめごはん	わかめごはん 鶏肉のクリームシチュー キャベツとコーンのサラダ	あられ	こめ・じゃが芋・バター・小麦粉・マヨネーズ	わかめ・しらす干し・とり肉・牛乳・生クリーム・ちくわ	玉ねぎ・にんじん・パセリ・キャベツ・コーン
26	火	ビスケット	ごはん	マーボー豆腐 三色ナムル・バナナ	せんべい	こめ・片栗粉・さとう・油・ごま・ごま油	ぶたひき肉・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
27	水	あられ	ごはん	豚肉のさっぱり焼き ツナサラダ・玉ねぎスープ	ビスケット	こめ・さとう・みりん・マヨネーズ	ぶた肉・ツナ・豆腐・のむヨーグルト	しょうが・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ
28	木	自由献立						
29	金	自由献立						
30	土	せんべい	うどん	とり南蛮うどん 乳酸菌飲料又はのむヨーグルト	ビスケット	干しうどん	とり肉・油揚げ・かまぼこ・乳酸菌飲料	にんじん・ねぎ・玉ねぎ

※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。】

