

令和6年

## 6月の献立表



《給食目標》食べた後はうがいや、歯磨きをしましょう

松阪市こども局こども未来課 保育幼稚園係

| 日  | 曜<br>日 | 3歳未満児<br>午 前<br>お や つ | 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  | 土      | せんべい                  | とり南蛮うどん     | とり南蛮うどん<br>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                               |
| 3  | 月      | フルーツ                  | ごはん         | とりみそ焼き<br>ハムサラダ・エリンギのスープ              | 麩のラスク               | 米・さとう・みりん・マヨネーズ・バター・グラニュー糖    | とり肉・赤みそ・ハム・豆腐・つゆ麩・牛乳         | キャベツ・にんじん・にら・にんにく・きゅうり・エリンギ・玉ねぎ           |
| 4  | 火      | あられ                   | ごはん         | あじの南蛮漬け<br>豆腐のみそ汁・バナナ                 | ビスケット               | 米・片栗粉・油・ごま・さとう・ごま油            | あじ・豆腐・みそ・牛乳                  | 玉ねぎ・にんじん・ピーマン・もやし・ねぎ・バナナ                  |
| 5  | 水      | 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<br>和風サラダ・ピーチゼリー           | 豆腐の<br>ココア<br>ブラウニー | スパゲティ・油・小麦粉・さとう・ピーチゼリー・米粉・片栗粉 | ひき肉・牛乳・豆腐・ココア                | にんじん・玉ねぎ・トマトケチャップ・きゅうり・キャベツ・パイン缶          |
| 6  | 木      | チーズ                   | ごはん         | 鶏肉のマーレード焼き<br>野菜とひじきの和え物・玉ねぎのすまし汁     | あられ                 | 米・油・オレンジマーレード・さとう・ごま          | とり肉・ちくわ・豆腐・ひじき・牛乳            | オレンジジュース・きゅうり・にんじん・キャベツ・もやし・玉ねぎ・ねぎ        |
| 7  | 金      | ビスケット                 | ごはん         | みそハンバーグ<br>昆布和え・みだくさんスープ              | せんべい                | 米・油・さとう・パン粉                   | ひき肉・調整豆乳・みそ・ペーコン・豆腐・塩こんぶ・牛乳  | 玉ねぎ・キャベツ・にんじん                             |
| 8  | 土      | あられ                   | きしめん        | きしめん<br>ヨーグルト                         | ビスケット               | 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                               |
| 10 | 月      | フルーツ                  | ごはん         | ハワイアンチキン<br>ごま酢和え・野菜スープ               | せんべい                | 米・みりん・ごま油・さとう・ごま              | とり肉・豆腐・ウインナー・牛乳              | パイン缶・きゅうり・もやし・にんじん・キャベツ・玉ねぎ               |
| 11 | 火      | あられ                   | ごはん         | さわらの野菜ソースかけ<br>ポテトサラダ・わかめのすまし汁        | クーポオレンジ             | 米・じゃがいも・マヨネーズ・コーンスターチ・さとう     | さくら・ハム・わかめ・豆腐・牛乳・ヨーグルト       | ねぎ・しょうが・玉ねぎ・きゅうり・にんじん・レモン果汁・みかん缶          |
| 12 | 水      | せんべい                  | ごはん         | 鶏のからあげ<br>しそ和え・玉ねぎのみそ汁                | ウエハース<br>ビスケット      | 米・片栗粉・油                       | とり肉・豆腐・みそ・牛乳                 | しょうが・にんにく・キャベツ・にんじん・しそ・ねぎ・玉ねぎ             |
| 13 | 木      | あられ                   | 五目<br>ごはん   | 五目ごはん<br>ツナサラダ・麩入りすまし汁                | ジャムサンド              | 米・油・みりん・マヨネーズ・食パン・ジャム         | とり肉・油あげ・ツナ・豆腐・つゆ麩・牛乳         | ごぼう・にんじん・干ししいたけ・キャベツ・コーン缶・玉ねぎ・ねぎ          |
| 14 | 金      | フルーツ                  | ごはん         | 豚肉と高野豆腐の煮もの<br>トマトのナムル・ヨーグルト          | ビスケット               | 米・油・みりん・さとう・ごま・ごま油            | ぶた肉・高野豆腐・ヨーグルト・牛乳            | 玉ねぎ・にんじん・ねぎ・トマト・きゅうり・もやし                  |
| 15 | 土      | せんべい                  | きつねうどん      | きつねうどん<br>ヨーグルト                       | 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・ねぎ・玉ねぎ                               |
| 17 | 月      | ビスケット                 | ごはん         | 鶏肉の照り焼き<br>コールスローサラダ・わかめのみそ汁          | せんべい                | 米・油・みりん・マヨネーズ・さとう             | とり肉・わかめ・豆腐・みそ・牛乳             | きゅうり・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・ねぎ                     |
| 18 | 火      | フルーツ                  | ごはん         | さけのレモンしょうゆ焼き<br>野菜のごまマヨネーズあえ・キャベツスープ  | マカロニ<br>あべかわ        | 米・さとう・みりん・油・ごま・マカロニ・マヨネーズ     | さけ・ちくわ・牛乳・きなこ                | レモン果汁・しょうが・白ねぎ・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・しめじ     |
| 19 | 水      | せんべい                  | ごはん         | 豚肉のしょうが焼き<br>ばんさんすう・わかめとあげのみそ汁        | あられ                 | 米・みりん・油・はるさめ・ごま油・ごま・さとう       | ぶた肉・ハム・わかめ・油あげ・白みそ・牛乳        | しょうが・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじん                   |
| 20 | 木      | フルーツ                  | ビビンバ丼       | ビビンバ丼<br>わかめスープ・型抜きチーズ                | ビスケット               | 米・さとう・みりん・ごま油・油・ごま            | ぶたひき肉・卵・赤みそ・豆腐・わかめ・型抜きチーズ・牛乳 | にんにく・しょうが・もやし・にんじん・きゅうり・キャベツ              |
| 21 | 金      | ウエハース                 | ごはん         | 牛肉のしぐれ煮<br>きゅうりとじゃこの酢の物・えのきのすまし汁      | ヨーグルトケーキ            | 米・油・さとう・ケーキミックス               | ぎゅう肉・しらす干し・わかめ・豆腐・牛乳・ヨーグルト   | 糸こんにゃく・ごぼう・にんじん・しょうが・きゅうり・みかん缶・えのき・玉ねぎ・ねぎ |
| 22 | 土      | あられ                   | かやくうどん      | かやくうどん<br>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                               |
| 24 | 月      | せんべい                  | ごはん         | 豚肉と厚揚げのみそ煮<br>野菜のごま和え・バナナ             | りんごゼリー              | 米・じゃがいも・油・さとう・みりん・ごま          | ぶた肉・厚揚げ・みそ・ちくわ・牛乳・ゼラチン・生クリーム | 玉ねぎ・にんじん・ねぎ・キャベツ・もやし・粉寒天・リンゴジュース・バナナ      |
| 25 | 火      | ヨーグルト                 | ごはん         | さけの塩焼き<br>スパゲティサラダ・豆腐のすまし汁            | あられかりんとう            | 米・スパゲティ・マヨネーズ・田舎あられ・さとう       | さけ・ハム・豆腐・わかめ・牛乳              | きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・ねぎ                     |
| 26 | 水      | フルーツ                  | ドライカレー      | ドライカレー<br>チンゲンサイスープ・あじさいゼリー           | あられ                 | 米・油・あじさいゼリー                   | 含びき肉・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                |
| 27 | 木      | ビスケット                 | ごはん         | チキンカツ<br>ボイル野菜・もやしのみそ汁                | せんべい                | 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                |
| 28 | 金      | あられ                   | ごはん         | 豚肉のバーベキューソース<br>キャベツとコーンのサラダ・わかめのすまし汁 | ビスケット               | 米・さとう・油・マヨネーズ                 | ぶた肉・ちくわ・豆腐・つゆ麩・わかめ・のむヨーグルト   | ケチャップ・にんにく・キャベツ・にんじん・ピーマン・玉ねぎ・コーン缶        |
| 29 | 土      | せんべい                  | わかめうどん      | わかめうどん<br>ヨーグルト                       | 牛乳<br>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                               |

※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。

※土曜半日保育の園は、麺類と乳酸菌飲料（またはのむヨーグルト）、おやつはありません。

※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】

