

令和6年

9月の献立表

《給食目標》

よくかんで食べましょう

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 お や つ	主 食			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
2	月	フルーツ	ごはん	豚肉のみそ炒め チンゲンサイのレモン和え 玉ねぎのすまし汁	 麩のラスク	米・さとう・みりん・油・ バター・グラニュー糖	ぶた肉・赤みそ・ツナ・豆 腐・つゆ麩・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・ 玉ねぎ・ピーマン・チンゲンサ イ・きゅうり・レモン果汁・ねぎ
3	火	ビスケット	ごはん	あじフライオーロラソース おかか和え・みだくさんスープ	あられ	米・小麦粉・パン粉・油・ マヨネーズ	あじ・花かつお・ベーコン・ 豆腐・牛乳	ケチャップ・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ
4	水	せんべい	ごはん	鶏肉のケチャップ焼き 野菜とひじきの和え物 小松菜のすまし汁	ウエハース ビスケット	米・さとう・みりん・ごま	とり肉・ひじき・豆腐・牛乳	ケチャップ・にんにく・キャベ ツ・にんじん・もやし・玉ねぎ・ こまつな
5	木	フルーツ	ごはん	牛肉のしぐれ煮・豆腐のみそ汁 きゅうりとじゃこの酢の物	 りんごゼリー	米・油・さとう	牛肉・しらす干し・わかめ・ 豆腐・みそ・ゼラチン・生ク リーム・牛乳	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・玉ねぎ・ねぎ・粉寒天・りん ごジュース
6	金	ビスケット	ビビンバ丼	ビビンバ丼 中華風スープ・型抜きチーズ	あられ	米・さとう・みりん・ごま 油・油・ごま・はるさめ	ぶたひき肉・卵・赤みそ・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・玉ねぎ・にら
7	土	せんべい	きつね うどん	きつねうどん 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・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
9	月	チーズ	ごはん	豚肉のバーベキューソース のり酢和え・エリンギのスープ	 クープオレンジ	米・さとう・油・コーンス ターチ	ぶた肉・ツナ・角のり・豆 腐・ベーコン・牛乳・ヨーグ ルト	ケチャップ・キャベツ・にんじ ん・玉ねぎ・ピーマン・こまつ な・エリンギ・レモン果汁・みか ん缶
10	火	あられ	ごはん	さけのちゃんちゃん焼き 豆腐のすまし汁・ヨーグルト	せんべい	米・バター・さとう	さけ・みそ・豆腐・わかめ ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・キャベツ・にんじん・ ピーマン・レモン果汁・ねぎ
11	水	ビスケット	ごはん	チキンカツ ポイル野菜・なすのみそ汁	あられ	米・マヨネーズ・小麦粉・ パン粉・油・さとう	とり肉・油揚げ・赤みそ・牛 乳	ケチャップ・キャベツ・にんじ ん・なす・玉ねぎ・ねぎ
12	木	せんべい	五目ごはん	五目ごはん ツナサラダ・麩入りすまし汁	 豆乳ココア プリン	米・油・みりん・マヨネー ズ・さとう	とり肉・ツナ・油揚げ・豆 腐・つゆ麩・牛乳・調整豆 乳・生クリーム・ココア	ごぼう・にんじん・干しいた け・ホールコーン・キャベツ・玉 ねぎ・ねぎ・粉寒天
13	金	フルーツ	ごはん	厚揚げと野菜のそぼろ煮 オリエンタルサラダ レモンゼリー	せんべい	米・じゃがいも・油・さど う・みりん・片栗粉・コー ンフレーク・ごま油・レモ ンゼリー	厚揚げ・ぶたひき肉・ツナ・ 牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・ きゅうり
14	土	あられ	きしめん	きしめん 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・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
17	火	フルーツ	ごはん	マーボー豆腐 ばんさんすう・十五夜デザート	せんべい	米・片栗粉・さとう・油・ はるさめ・ごま・ごま油・ 十五夜デザート	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・ ハム・牛乳	玉ねぎ・にら・にんじん・しょう が・干しいたけ・きゅうり・ キャベツ
18	水	ビスケット	チキン カレー ライス	チキンカレーライス フルーツゼリー和え	あられ	米・油・じゃがいも・パ ター・小麦粉・さとう・ カットゼリー	とり肉・チーズ・牛乳	ローリエ・しょうが・にんにく・ 玉ねぎ・にんじん・ケチャップ・ みかん缶・パイン缶・もも缶
19	木	せんべい	ごはん	鶏肉のごまからめ しそ和え・えのきのすまし汁	 ジャムサンド	米・片栗粉・油・さとう・ みりん・ごま・食パン・ ジャム	とり肉・豆腐・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・ しそ・えのき・玉ねぎ・ねぎ
20	金	ヨーグルト	ごはん	さわらの照り焼き マカロニサラダ かぼちゃのみそ汁	ビスケット	米・みりん・マカロニ・マ ヨネーズ	さわら・ハム・みそ・牛乳	しょうが・きゅうり・キャベツ・ 玉ねぎ・かぼちゃ・にんじん・ね ぎ
21	土	あられ	かやく うどん	かやくうどん 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・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
24	火	フルーツ	ごはん	さけの塩焼き 野菜のごま和え・キャベツスープ	 マカロニ あべかわ	米・ごま・さとう・マカロ ニ	さけ・ベーコン・牛乳・きな 粉	キャベツ・もやし・にんじん・玉 ねぎ
25	水	ウエハース	肉みそか けうどん	肉みそかけうどん ごま酢和え・バナナ	 ヨーグルト 蒸しパン	干しうどん・油・さとう・ 片栗粉・ごま油・ごま・小 麦粉	ぶたひき肉・赤みそ・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・バナナ
26	木	フルーツ	ごはん	豚肉のしょうが焼き コールスローサラダ わかめのすまし汁	あられ	米・みりん・油・マヨネー ズ・さとう	ぶた肉・ハム・豆腐・わか め・牛乳	しょうが・玉ねぎ・キャベツ・ きゅうり・にんじん
27	金	せんべい	ごはん	ハンバーグカレー風味 昆布和え・たまねぎのみそ汁	ビスケット	米・パン粉	あいびき肉・調整豆乳・塩こ んぶ・みそ・牛乳	玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・ にんじん・ねぎ
28	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・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
30	月	ビスケット	ごはん	鶏のさっぱり焼き そぼろあえ・豆腐入りスープ	あられ	米・さとう・みりん	とり肉・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

※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。

※土曜半日保育の給食は、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】

