

令和6年

11月の献立表



《給食目標》最後まですわって食べましょう

松阪市こども局こども未来課 保育幼稚園係

日	曜日	3歳未満児 午 前 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	金	せんべい	ごはん	ポークビーンズ キャベツのごま和え・バナナ	あられ	米・じゃがいも・油・さとう・ごま	ゆで大豆・ぶた肉・牛乳	ローリエ・にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・きゅうり・バナナ
2	土		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	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
5	火		ごはん	さわらのみそ焼き マカロニサラダ・玉ねぎのすまし汁	 水ようかん	米・みりん・マカロニ・マヨネーズ・さとう	さわら・白みそ・ハム・豆腐・牛乳・こしあん	きゅうり・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・ねぎ・粉寒天
6	水		ごはん	鶏肉と大根の五目煮 おかか和え・豆乳プリン	あられ	米・さといも・さとう・みりん・油・豆乳プリン	とり肉・さつま揚げ・花かつお・牛乳	だいこん・にんじん・こんにゃく・キャベツ
7	木		ひじきごはん	ひじきごはん・マセドアンサラダ 麩入りすまし汁	 揚げパン	米・油・みりん・じゃがいも・マヨネーズ・ロールパン・さとう	とり肉・油揚げ・ひじき・ハム・豆腐・麩・牛乳・きな粉	ごぼう・にんじん・こんにゃく・きゅうり・玉ねぎ・ねぎ
8	金	せんべい	ごはん	煮込み風ハンバーグきのこソース チンゲンサイスープ・ミニゼリー(レモン)	あられ	米・パン粉・油・さとう・ミニゼリー(レモン)	合ひき肉・調整豆乳・豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・しめじ・ケチャップ・チンゲンサイ
9	土		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
11	月	あられ	ごはん	みそ焼き豚・柿なます わかめのすまし汁	 スイートポテト	米・さとう・ごま・みりん・さつまいも・バター	ぶた肉・みそ・豆腐・わかめ・牛乳・生クリーム	かき・だいこん・にんじん・玉ねぎ
12	火		ごはん	鶏肉のアングレース しそ和え・豆腐のみそ汁	せんべい	米・片栗粉・油・さとう・パン粉	とり肉・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・しそ・玉ねぎ・ねぎ
13	水		中華飯	中華飯・はるさめスープ 型抜きレアチーズ	 ホットケーキ	米・油・さとう・片栗粉・ごま油・はるさめ・ケーキミックス・バター・メープルシロップ	ぶた肉・なると・わかめ・卵・型抜きレアチーズ・牛乳	にんじん・ほくさい・玉ねぎ・干ししいたけ・にんにく・しょうが・にら
14	木		ごはん	ビーフシチュー ミモザサラダ	あられ	米・油・じゃがいも・バター・小麦粉・さとう	牛肉・生クリーム・牛乳	ローリエ・にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・ビュール・パセリ・きゅうり・キャベツ・パイン缶
15	金		ごはん	ぶりの煮つけ・だいこんのみそ汁 キャベツとコーンのサラダ	せんべい	米・みりん・さとう・マヨネーズ	ぶり・ちくわ・油揚げ・みそ・牛乳	しょうが・キャベツ・コーン缶・にんじん・だいこん・玉ねぎ・ねぎ
16	土		わかめうどん	わかめうどん ヨーグルト	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
18	月	せんべい	和風ガパオライス	和風ガパオライス 野菜スープ・ヨーグルト	 大学芋	米・油・みりん・さとう・さつまいも・ごま	とりひき肉・ベーコン・ヨーグルト・牛乳	にんにく・ピーマン・玉ねぎ・しめじ・にんじん・キャベツ
19	火		ごはん	あじのフライタルタルソース ボイル野菜・えのきのみそ汁	せんべい	米・マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油	あじ・カッテージチーズ・豆腐・わかめ・みそ・牛乳	パイン缶・キャベツ・にんじん・えのき・玉ねぎ・ねぎ
20	水	あられ	ごはん	豚肉のしょうが焼き ほうれんそうサラダ だいこんのスープ	リンゴ入り ヨーグルト ケーキ 	米・みりん・油・マヨネーズ・ケーキミックス・さとう	ぶた肉・ベーコン・牛乳・ヨーグルト	しょうが・玉ねぎ・ほうれんそう・キャベツ・にんじん・だいこん・りんご缶
21	木		ごはん	鶏肉の照り焼き・さつま芋のみそ汁 オリエンタルサラダ	せんべい	米・油・みりん・ごま油・さとう・さつまいも・コーンフレーク	とり肉・ツナ・みそ・牛乳	キャベツ・にんじん・きゅうり・玉ねぎ・ねぎ
22	金		青菜ごはん	青菜ごはん・ごま酢和え 厚揚げと野菜のそぼろ煮	ウエハース ビスケット	米・油・さとう・みりん・片栗粉・ごま油・ごま	厚揚げ・ぶたひき肉・牛乳	青菜ふりかけ・玉ねぎ・にんじん・だいこん・きゅうり・キャベツ
25	月	あられ	カレーうどん	カレーうどん 野菜とひじきの和え物	フルーツ  あんみつ	干しうどん・油・さとう・ごま	ぶた肉・なると・油揚げ・ひじき・牛乳・ゆであずき	にんじん・玉ねぎ・ねぎ・ほうれんそう・キャベツ・もやし・粉寒天・バナナ・みかん缶・パイン缶
26	火		ごはん	さけのレモンじょうゆ焼き コールスローサラダ 小松菜のすまし汁	せんべい	米・さとう・みりん・マヨネーズ	さけ・ハム・豆腐・牛乳	レモン果汁・しょうが・白ねぎ・キャベツ・きゅうり・にんじん・こまつな・玉ねぎ・ねぎ
27	水		ごはん	さつまいものスコップコロッケ 昆布和え・きのこスープ	あられ	米・さつまいも・みりん・パン粉・油	合ひき肉・チーズ・塩こんぶ・豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・エリンギ
28	木	せんべい	ごはん	豚肉のソースマリネ 豆腐のすまし汁・バナナ	 ココアラスク	米・油・さとう・食パン・バター・グラニュー糖	ぶた肉・豆腐・牛乳・ココア	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・ケチャップ・ねぎ・バナナ
29	金		ごはん	ハワイアンチキン そぼろ和え・みだくさんスープ	ビスケット	米・みりん・さとう	とり肉・ツナ・豆腐・のむヨーグルト	パイン缶・きゅうり・にんじん・キャベツ・玉ねぎ
30	土	あられ	きしめん	きしめん ヨーグルト	せんべい	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

※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



※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】