

令和7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	前主			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	牛肉のしぐれ煮 のり酢和え 玉ねぎのみそ汁	豆乳ココア プリン	米・油・さとう	ぎゅう肉・ツナ・のり・ 油揚げ・豆腐・みそ・牛 乳・調整豆乳・ココア	こんにやく・ごぼう・にんじ ん・しょうが・キャベツ・ きゅうり・玉ねぎ・ねぎ・粉 寒天
3	火	せんべい	ごはん	油淋鶏 ボイル野菜 中華風スープ	ビスケット	米・片栗粉・油・さと う・ごま油	とり肉・豆腐・牛乳	ねぎ・しょうが・キャベツ・ にんじん・玉ねぎ・にら
4	水	あられ	五目 ごはん	五目ごはん はるさめサラダ わかめのすまし汁	こしあん ケーキ	米・油・みりん・はる さめ・マヨネーズ・小 麦粉・さとう	とり肉・油揚げ・ハム・ わかめ・豆腐・牛乳・こ しあん	ごぼう・にんじん・干しい たけ・きゅうり・キャベツ・ えのきたけ・玉ねぎ・ねぎ
5	木	せんべい	ごはん	豚肉と高野豆腐の煮もの トマトのナムル あじさいゼリー	ビスケット	米・油・みりん・さと う・ごま・ごま油・あ じさいゼリー	ぶた肉・高野豆腐・牛乳	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・ト マト・きゅうり・もやし
6	金	フルーツ	ごはん	さわらの野菜ソースかけ マセドアンサラダ みたくさんすまし汁	あられ	米・さとう・じゃがい も・マヨネーズ	さわら・ハム・豆腐・わ かめ・牛乳	ねぎ・しょうが・玉ねぎ・ きゅうり・にんじん
7	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・わか め・なると・ヨーグル ト・牛乳	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
9	月	あられ	ごはん	豚肉のバーベキューソース 野菜のごまマヨネーズあえ えのきのすまし汁	豆乳クリ サンド	米・さとう・油・マヨ ネーズ・ごま・ロール パン・片栗粉	ぶた肉・ちくわ・豆腐・ 牛乳・調整豆乳	ケチャップ・キャベツ・にん じん・玉ねぎ・ピーマン・ きゅうり・えのきたけ・ねぎ
10	火	バナナ	ごはん	鶏肉のマーマレード焼き 野菜とひじきの和え物 キャベツのスープ	せんべい	米・オレンジマーマ レード・油・さとう・ ごま	とり肉・ちくわ・ひじ き・ベーコン・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
11	水	ビスケット	ごはん	豚肉と厚揚げのみそ煮 和風サラダ ミニデザート（国産レモン）	あられ	米・じゃがいも・油・ さとう・みりん・レモ ンゼリー	ぶた肉・厚揚げ・みそ・ 牛乳	玉ねぎ・にんじん・ねぎ・ きゅうり・キャベツ・パイン 缶
12	木	せんべい	ドライカ レー	ドライカレー チンゲンサイスープ バナナ	麩の変わりラ スク	米・油・バター・グラ ニュー糖	合ひき肉・大豆・ウイン ナー・豆腐・牛乳・麩・ あおのり	玉ねぎ・にんじん・ピーマ ン・ケチャップ・チンゲンサ イ・バナナ
13	金	ヨーグルト	ごはん	さけの塩焼き スパゲティサラダ もやしのみそ汁	ビスケット ウェハース	米・スパゲティ・マヨ ネーズ	さけ・ハム・豆腐・み そ・牛乳	きゅうり・キャベツ・もや し・玉ねぎ・にんじん・ねぎ
14	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
16	月	ビスケット	ごはん	鶏肉のケチャップ焼き 野菜のごま和え あげとわかめのみそ汁	あられ	米・さとう・みりん・ ごま	とり肉・ちくわ・油揚 げ・わかめ・みそ・牛乳	ケチャップ・にんにく・キャ ベツ・きゅうり・にんじん・ 玉ねぎ
17	火	フルーツ	ごはん	豚肉のさっぱり焼き 小松菜のサラダ 玉ねぎのすまし汁	豆腐入りドー ナ	米・さとう・みりん・ 油・マヨネーズ・ケー キミックス	ぶた肉・ベーコン・豆 腐・牛乳	玉ねぎ・しょうが・こまつ な・キャベツ・もやし・にん じん・ねぎ
18	水	チーズ	ごはん	あじの南蛮漬け しそ和え 豆腐のみそ汁	せんべい	米・片栗粉・油・ご ま・さとう・ごま油	あじ・豆腐・白みそ・牛 乳	玉ねぎ・にんじん・ピーマ ン・キャベツ・しそ
19	木	ウエハース	ビビンバ 丼	ビビンバ丼 エリンギのスープ ヨーグルト	小倉豆乳 蒸しパン	米・さとう・みりん・ ごま油・油・ごま・小 麦粉	ぶたひき肉・卵・赤み そ・豆腐・ヨーグルト・ 牛乳・調整豆乳・甘納豆	にんにく・しょうが・もや し・にんじん・きゅうり・エ リンギ・玉ねぎ
20	金	あられ	ごはん	鶏肉の照り焼き コールスローサラダ 麩入りすまし汁	せんべい	米・油・みりん・マヨ ネーズ・さとう	とり肉・ハム・麩・牛乳	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・玉ねぎ・しめじ・ねぎ
21	土	ビスケット	きつね うどん	きつねうどん 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・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
23	月	せんべい	ごはん	味付きハンバーグ 昆布和え もやしスープ	ビスケット	米・パン粉	合ひき肉・調整豆乳・塩 こんぶ・ウインナー・牛 乳	玉ねぎ・ケチャップ・キャベ ツ・にんじん・もやし
24	火	あられ	ごはん	さけのレモンじょうゆ焼き キャベツとコーンのサラダ しめじのみそ汁	クープピーチ オレンジ	米・さとう・みりん・ マヨネーズ・コーンス ターチ	さけ・ちくわ・わかめ・ 豆腐・みそ・牛乳・ヨー グルト	レモン果汁・しょうが・ね ぎ・キャベツ・ホールコー ン・にんじん・しめじ・玉ね ぎ・もも缶・みかん缶
25	水	フルーツ	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	米粉のココア バナナケーキ	干しうどん・油・さと う・片栗粉・ごま油・ ごま・米粉ケーキミッ クス	ぶたひき肉・赤みそ・型 抜きチーズ・牛乳・調整 豆乳・ココア	しょうが・にんじん・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	ハワイアンチキン ハムサラダ 野菜スープ	せんべい	米・みりん・マヨネー ズ	とり肉・ハム・豆腐・牛 乳	パイン缶・きゅうり・にんじ ん・キャベツ・玉ねぎ・えの きたけ
27	金	ビスケット	ごはん	肉じゃが きゅうりとじゃこの酢の物 バナナ	あられ	米・じゃがいも・油・ さとう・みりん	ぶた肉・しらす干し・わ かめ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・こんにゃ く・きゅうり・みかん缶・バ ナナ
28	土	せんべい	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・ねぎ・玉ねぎ
30	月	あられ	ごはん	とりみそ焼き ツナサラダ 豆腐のすまし汁	せんべい	米・さとう・みりん・ マヨネーズ	とり肉・赤みそ・ツナ・ 豆腐・のむヨーグルト	キャベツ・にんじん・にら・ にんにく・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。

※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。