


◎は手作りおやつ、午後のおやつは未満児もしくは1歳児の献立です。 **令和5年度5月こんだて表**

鳥羽市役所健康福祉課子育て支援室 TEL: 25-1184

日	曜	昼食献立名	午後のおやつ	材料(昼食と午後おやつ)			午前のおやつ
				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	月	焼きそば わかめスープ	牛乳 ウエ ハース	ゆで中華めん、 油、米	牛乳、豚肉	キャベツ、にんじん、 ピーマン、たまねぎ、 えのきたけ、カットわかめ	牛乳 ビス ケット
2	火	回鍋肉 きのこスープ	牛乳 ビス ケット	砂糖、油、米	牛乳、豚肉、み そ	キャベツ、にんじん、 たまねぎ、ピーマン、 しいたけ、えのきた け、ねぎ	牛乳 せん べい
3	水	憲法記念日					
4	木	みどりの日					
5	金	こどもの日					
6	土	クリームシチュー バナナ	牛乳 クッキー	じゃがいも、 油、米	牛乳、豆乳、鶏 肉	バナナ、たまね ぎ、にんじん	牛乳 あら れ
8	月	ツナカレー フルーツカクテル	牛乳 ◎きな こ あら れ	じゃがいも、砂 糖、油、米	牛乳、ツナ油漬 缶、きな粉	たまねぎ、にんじ ん、もも缶、みか ん缶、パイン缶	牛乳 ビス ケット
9	火	魚の照り焼き にゅうめん汁 オレンジ	鉄強化牛乳 ◎クラ ッ カ ー シ ャ ム サ ン ド	いちごジャム、 干しそめん、 砂糖、米	鉄強化牛乳、さ わら	オレンジ、たまね ぎ、青菜、にんじ ん	牛乳 ウエ ハース
10	水	豆腐とミンチの おとし揚げ 付け合せ じゃがいもの味噌汁	牛乳 コー ン フ レ ー ク	じゃがいも、こ ーンフレー ク、油、片栗 粉、砂糖、米	牛乳、木綿豆 腐、鶏ひき肉、 大豆、みそ	パイン缶、たまね ぎ、きゅうり、に んじん、しめじ、 ねぎ	お茶 せん べい
11	木	ミニがんもの煮物 のり酢和え	牛乳 ◎長い も 蒸し パン	ながいも、さと いも、小麦粉、 三温糖、砂糖、 黒ごま、米	牛乳、鶏肉、が んもどき、ツナ 油漬缶、きな粉	だいこん、にんじ ん、ほうれんそ う、キャベツ、焼 きのり	お茶 バナ ナ
12	金	豚肉の デミグラス煮込み コーンサラダ	牛乳 チー ズ ビ ス ケ ッ ト	油、砂糖、ご ま、米	牛乳、豚肉、鶏 ささ身、プロセ スチーズ	たまねぎ、にんじ ん、コーン缶、 キャベツ、しめじ	鉄強化 牛乳 あら れ
13	土	豚肉と野菜の炒め物 バナナ	牛乳 せん べい	油、米	牛乳、豚肉	バナナ、キャベ ツ、たまねぎ、に んじん	牛乳 クッ キ ー
15	月	キッズピピンバ 中華風スープ	牛乳 ◎ホッ ト ケ ー キ	小麦粉、砂糖、 ケーキシロップ、 油、片栗粉、ご ま油、ごま、米	牛乳、合い挽き 肉、豆乳、木綿 豆腐	にんじん、もやし、ほ うれんそう、たま ねぎ、コーン缶、え のきたけ、ねぎ	牛乳 せん べい
16	火	魚フライ けんちん汁 みかん缶	鉄強化 牛乳 バナ ナ	パン粉、小麦 粉、油、米	鉄強化牛乳、さ わら、木綿豆 腐、みそ	バナナ、みかん 缶、だいこん、に んじん、しめじ、 ねぎ	お茶 クッ キ ー
17	水	ハワイアンチキン 付け合せ 春雨スープ	牛乳 せん べい	はるさめ、米	牛乳、鶏肉	パイン缶、キャベ ツ、たまねぎ、に んじん、ねぎ	牛乳 ウエ ハ ー ス
18	木	厚揚げの味噌炒め 青菜のすまし汁	牛乳 サ プ レ	油、砂糖、米	牛乳、厚揚げ、 豚肉、みそ	にんじん、キャベ ツ、青菜、ピーマ ン、えのきたけ	牛乳 ビ ス ケ ッ ト

日	曜	昼食献立名	午後のおやつ	材料(昼食と午後おやつ)			午前のおやつ
				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	
19	金	*サミット給食日本(広島)* ひき肉とトマトの カレー もやしサラダ	牛乳 ◎レ モ ン マ チ ェ ド ニ ア	じゃがいも、 油、ごま油、米	牛乳、合い挽き 肉	たまねぎ、ほうれんそ う、にんじん、もやし、 バナナ、もも缶、みかん 缶、トマト、しめじ、レ モン果汁	牛乳 バナ ナ
20	土	いりどり バナナ	牛乳 ウエ ハ ー ス	砂糖、油、米	牛乳、鶏肉	バナナ、にんじ ん、ごぼう、だい こん	牛乳 ビ ス ケ ッ ト
22	月	五目きんぴら うどんスープ	鉄強化 牛乳 ◎ホッ ト ド ッ ク	ゆでうどん、 ロールパン、砂 糖、油、ごま、 米	鉄強化牛乳、合 い挽き肉、厚揚 げ、ウィン ナー、なると	ごぼう、にんじ ん、たまねぎ、 キャベツ、ピーマ ン、ねぎ	お茶 せん べい
23	火	煮魚 バンサンスー	牛乳 ◎そ ら 豆 の 塩 ゆ で あ ら れ	砂糖、はるさ め、ごま、米	牛乳、さわら	もやし、きゅう り、にんじん、そ らまめ	お茶 バナ ナ
24	水	*サミット給食アメリカ* フライドチキン 付け合わせ コンソメスープ	牛乳 ポッ プ コ ー ン ビ ス ケ ッ ト	ポップコーン、 油、片栗粉、小 麦粉、米	牛乳、鶏肉	きゅうり、にんじ ん、たまねぎ、 キャベツ、えのき たけ、パセリ	野菜 シュ ー ス あ ら れ
25	木	*サミット給食ドイツ* 豚肉のトマト煮込み 野菜サラダ	牛乳 ◎ポ テ ト グ ラ タ ン	じゃがいも、 油、砂糖、米	牛乳、豚肉、と ろけるチーズ、 ウィンナー	たまねぎ、キャベツ、 にんじん、もやし、 きゅうり、トマト、 コーン缶	鉄強化 牛乳 ビ ス ケ ッ ト
26	金	あらめと大豆の煮物 野菜の味噌汁	牛乳 クッ キ ー	砂糖、油、米	牛乳、鶏肉、大 豆、みそ、油揚 げ	にんじん、キャベ ツ、たまねぎ、し めじ、あらめ	牛乳 ウエ ハ ー ス
27	土	よくばりマーボー バナナ	牛乳 せん べい	砂糖、油、片栗 粉、米	牛乳、木綿豆 腐、豚ひき肉、 みそ	バナナ、たまね ぎ、にんじん、 ピーマン	牛乳 ビ ス ケ ッ ト
29	月	*サミット給食イタリア* ボローニャ風 スパゲティ イタリアンサラダ	鉄強化 牛乳 ◎ピ ザ ト ー ス ト	食パン、スパゲ ティ、油、砂 糖、片栗粉、米	鉄強化牛乳、合 い挽き肉、とろ けるチーズ、ウ ィンナー	たまねぎ、にんじん、 きゅうり、キャベツ、 トマトピューレ、ピー マン、パセリ	牛乳 あ ら れ
30	火	すき焼き風煮 わかめときゅうりの 酢の物	牛乳 せん べい	砂糖、油、ご ま、米	牛乳、豚肉、焼 き豆腐、しらす 干し	たまねぎ、きゅう り、みかん缶、にんじん、 もやし、ねぎ、カット わかめ	お茶 バナ ナ
31	水	ハヤシライス ツナサラダ	牛乳 ミ ニ パ ン	じゃがいも、 油、砂糖、米	牛乳、豚肉、ツ ナ油漬缶	たまねぎ、にんじ ん、きゅうり、 キャベツ	牛乳 ビ ス ケ ッ ト


 サミット給食の実施について

G7広島サミット及び、G7三重・伊勢志摩交通大臣会合の開催に合わせ、5月19日(金)～6月16日(金)の期間にG7の国(フランス、アメリカ、イギリス、ドイツ、イタリア、カナダ、日本)の料理や食材を取り入れた給食を実施します。

19日は、G7広島サミットの開催初日に合わせ、広島にちなんだ料理や食材を使用しています。

広島市の呉市には海上自衛隊呉基地があり、海上自衛隊の多くの部隊で毎週金曜日の昼食に食べられているカレーを「呉海自カレー」として呉市内の飲食店で食べられる取り組みをしています。給食では、昼食に「呉海自カレー」にちなんで栄養たっぷりのカレー「ひき肉とトマトのカレー」を、おやつには、広島の特産物であるレモンを使用した「レモンマチエドニア」を実施予定です。

