

◎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 6がつこんだて表

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	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					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 木	*サミット給食カナダ* チキンウイング風 付け合せ コンソメスープ	牛乳 ◎パン ケーキ	小麦粉、油、砂糖、 ケーキシ ロップ、片栗 粉、米	牛乳、鶏肉、豆 乳	みかん缶、きゅう り、たまねぎ、 キャベツ、にんじ ん、えのきたけ、 パセリ	牛乳 ウエ ハース	17 土	スパゲティソテー バナナ	牛乳 せんべい	スパゲティ、 油、米	牛乳、ウイン ナー	バナナ、たまね ぎ、にんじん、 ピーマン	牛乳 ビス ケット
2 金	みそハンバーグ 付け合せ けんちん汁	牛乳 コーン フレーク	コーンフレー ク、パン粉、砂 糖、油、米	牛乳、合い挽き 肉、木綿豆腐、 みそ、豆乳	たまねぎ、キャベ ツ、だいこん、に んじん、しめじ、 ねぎ	牛乳 バナナ	19 月	高野豆腐の卵とじ煮 わかめときゅうりの 酢の物	牛乳 ◎豆乳 もち クッキー	砂糖、片栗粉、 ごま、米	牛乳、豆乳、 卵、鶏むね肉、 凍り豆腐、しら す干し、きな粉	たまねぎ、きゅう り、みかん缶、に んじん、カットわ かめ	お茶 あられ
3 土	ポークチャップ バナナ	牛乳 せんべい	油、米	牛乳、豚肉	バナナ、たまね ぎ、にんじん、 ピーマン	牛乳 ビス ケット	20 火	さわらの塩焼き 付け合せ じゃがいもの味噌汁	鉄強化 牛乳 ◎黒糖 ドーナツ	小麦粉、じゃが いも、黒砂糖、 油、米	鉄強化牛乳、さ わら、絹ごし豆 腐、みそ、油揚 げ、きな粉、か つお節	青菜、たまねぎ、 もやし、にんじ ん、ねぎ	牛乳 ビス ケット
5 月	豚丼 キャベツの味噌汁	牛乳 ◎あじさ いゼリー	砂糖、米	牛乳、豚肉、み そ、油揚げ	たまねぎ、にんじ ん、キャベツ、ご ぼう、もやし、え のきたけ、ねぎ	お茶 クッキー	21 水	鶏肉のマヨフライ 付け合せ 中華風コンソメスープ	牛乳 サブレ	パン粉、マヨ ネーズ、油、片 栗粉、米	牛乳、鶏むね 肉、卵	みかん缶、クリー ムコーン缶、きゅ うり、たまねぎ、 青菜、パセリ	牛乳 せんべい
6 火	*サミット給食イギリス* フィッシュ&チップス 付け合せ コロコロ野菜スープ	牛乳 ◎シヤム サンド	食パン、じゃが いも、小麦粉、 油、米、ブルー ベリージャム	牛乳、さわら	だいこん、きゅう り、にんじん、た まねぎ、しめじ、 パセリ	お茶 せんべい	22 木	肉じゃが煮 もやしサラダ	牛乳 オレンジ ビス ケット	じゃがいも、砂 糖、油、ごま、 ごま油、米	牛乳、鶏肉、は んぺん、ツナ油 漬缶	オレンジ、にんじ ん、たまねぎ、も やし、きゅうり、 グリーンピース	牛乳 ウエ ハース
7 水	よくばりマーボー カミカミサラダ	牛乳 せんべい	砂糖、マヨネ ーズ、油、片栗 粉、ごま、米	牛乳、木綿豆 腐、豚ひき肉、 ツナ油漬缶、み そ	にんじん、たまね ぎ、ごぼう、コー ン缶、ピーマン	牛乳 バナナ	23 金	タコライス風 コンソメスープ	鉄強化 牛乳 スティ ックパン	スティックパ ン、じゃがい も、油、米	鉄強化牛乳、合 い挽き肉、大豆	たまねぎ、にんじ ん、トマト、キャ ベツ	お茶 バナナ
8 木	五目煮 青菜のかき卵汁	牛乳 ◎バナナ ヨーグル ト	黒砂糖、砂糖、 油、米	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト、 卵、木綿豆腐、 大豆	バナナ、にんじ ん、だいこん、ご ぼう、青菜、えの きたけ	牛乳 ビス ケット	24 土	いりどり バナナ	牛乳 せんべい	砂糖、油、米	牛乳、鶏肉、厚 揚げ	バナナ、だいこ ん、にんじん、ご ぼう	牛乳 ビス ケット
9 金	ポークカレー フルーツカクテル	牛乳 ビス ケット	じゃがいも、 油、米	牛乳、豚肉	たまねぎ、にんじ ん、もも缶、みか ん缶、バナナ	牛乳 あられ	26 月	鶏肉の照り焼き 付け合せ ミルクスープ	鉄強化牛乳 ◎オレンジ とにんじ んの蒸しパン	小麦粉、じゃが いも、砂糖、 油、片栗粉、米	鉄強化牛乳、鶏 肉、スキムミル ク	もも缶、にんじ ん、きゅうり、オ レンジ濃縮果汁、 たまねぎ、青菜	お茶 あられ
10 土	ひとくち焼肉 バナナ	牛乳 せんべい	油、砂糖、米	牛乳、豚肉	バナナ、キャベ ツ、にんじん、も やし	牛乳 クッキー	27 火	チャーシューうどん 和風ツナサラダ	牛乳 メロン ウエ ハース	干しうどん、砂 糖、油、米	牛乳、豚ひき 肉、ツナ油漬 缶、みそ	メロン、ほうれん そう、キャベツ、 もやし、きゅう り、にんじん、ね ぎ	牛乳 クッキー
12 月	豚肉と野菜の 冷しゃぶ 春雨スープ	鉄強化牛乳 ◎マカロ ニのきな 粉がけ	マカロニ、黒砂 糖、はるさめ、 米	鉄強化牛乳、豚 肉、きな粉	にんじん、もや し、キャベツ、た まねぎ、青菜	オレンジ ジュ ース ビス ケット	28 水	さばのカレー煮 トマトスープ オレンジ	牛乳 ビス ケット	じゃがいも、砂 糖、米	牛乳、さば	オレンジ、トマ ト、にんじん、た まねぎ、キャベツ	お茶 せんべい
13 火	豚肉のアングレース 付け合せ わかめと豆腐の味噌汁	牛乳 バナナ	片栗粉、砂糖、 油、パン粉、米	牛乳、豚肉、木 綿豆腐、みそ	バナナ、パイン 缶、だいこん、に んじん、ねぎ、 カットわかめ	牛乳 ウエ ハース	29 木	厚揚げの中華風煮 春雨の酢の物	オレンジ ジュ ース せんべい	はるさめ、砂 糖、片栗粉、ご ま油、ごま、 油、米	厚揚げ、豚ひき 肉	オレンジ濃縮果汁、 にんじん、たまね ぎ、きゅうり、ピー マン、コーン缶、し いたけ	牛乳 バナナ
14 水	*サミット給食フランス* ポトフ にんじんサラダ	牛乳 ミニシュー クリーム クッキー	じゃがいも、 油、砂糖、米	牛乳、ウイン ナー、ツナ油漬 缶	にんじん、キャベ ツ、たまねぎ、 きゅうり	牛乳 せんべい	30 金	ひじきと大豆の煮物 貝だくさん味噌汁	牛乳 ミニパン	砂糖、油、米	牛乳、鶏肉、木 綿豆腐、大豆、 みそ、油揚げ	にんじん、たまね ぎ、青菜、しめ じ、ひじき	牛乳 ビス ケット
15 木	五目うどん のり酢和え	鉄強化牛乳 ◎フランク フルトソー セージ	干しうどん、砂 糖、油、米	鉄強化牛乳、フ ランクフルト、 鶏肉、ツナ油漬 缶	ほうれんそう、は くさい、キャベ ツ、にんじん、青 菜、焼きのり	お茶 バナナ							
16 金	*サミット給食日本(伊勢志摩)* わらさのみそ照り焼き ひじきのサラダ オレンジ	牛乳 あられ	砂糖、油、米	牛乳、わらさ、 みそ	オレンジ、きゅう り、にんじん、 コーン缶、ひじき	牛乳 ミニパン							

 \*サミット給食、とぼっ子給食の実施について\*

先月に引き続き、6月16日の三重・伊勢志摩交通大臣会合開催日までの期間、サミット給食を実施します。  
6月16日の最終日には、鳥羽産食材を使用したとぼっ子給食も併せて実施します。16日に使用予定の鳥羽産食  
材は、わらさとひじきです。  
また、6日のおやつは、ジャムサンドに使用するブルーベリージャムも鳥羽産のものを使用予定です。