

令和3年 3月 保育園給食献立表

清須市学校給食センター

日 曜	献立名	血や肉や骨になる食品	働く力になる食品	体の調子を整える食品	乳児おやつ	全園児おやつ
1 月	ごはん 牛乳 ポイコーロー 春雨スープ フルーツポンチ	牛乳 豚肉 みそ 鶏肉	米 さとう かたくり粉 はるさめ ゼリー	にんじん キャベツ たまねぎ たけのこ 干しいたけ にんにくしょうが だいこん はくさい とうもろこし いら いちご ブルーベリー りんご みかん パイン レモン	野菜入りそふとせん	いろいろ 白
2 火	ごはん 牛乳 ツナそぼろ丼 吉野汁 ごま和え りんご	牛乳 鶏肉 まぐろフレーク 豆腐	米 さとう さといも ごま かたくり粉	たまねぎ にんじん えだまめ とうもろこし こんにやく 干しいたけ だいこん ねぎ はくさい もやし ほうれんそう りんご	紫芋ふんわりせんべい	かた揚げリングドーナツ オレンジジュース100ml
3 水	ごはん ゆかり 牛乳 唐揚げ(鶏の照り焼き) 豆腐のすまし汁 青菜和え ミニゼリー	牛乳 鶏肉 かまぼこ 豆腐	米 かたくり粉 揚げ油 ゼリー	にんにく しょうが だいこん えのきたけ みつば キャベツ きゅうり こまつな 広島菜 京菜 大根菜 赤しそ粉 もも	かぼちゃポーロ	ひなあられ
4 木	ごはん 牛乳 さんまのみぞれ煮 白みそ汁 磯和え	牛乳 油揚げ 豆腐 さんまのみぞれ煮 わかめ みそ のり	米 じゃがいも さとう	たまねぎ ねぎ もやし はくさい ほうれんそう にんじん	バナナ	ミレービスケット 牛乳100ml
5 金	ソフトめん 牛乳 トマトソースかけ オムレツ イタリアンサラダ	牛乳 ハム まぐろフレーク オムレツ	ソフトめん さとう 米粉ハヤシルウ ドレッシング	にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト にんにく ブロッコリー キャベツ きゅうり 赤ピーマン とうもろこし	カルシウム入りビスケット	お米deみかんタルト
6 土	うどん 牛乳100ml 五目うどん りんごゼリー	牛乳 鶏肉 かまぼこ	うどん ゼリー	たまねぎ にんじん ねぎ ほうれんそう 干しいたけ りんご	ソフトな小魚せん	二色あられ きなこ棒
8 月	ごはん 牛乳 豚肉の生姜炒め 合わせみそ汁 みそ ひじき	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ ひじき	米 さとう かたくり粉 じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ にんじん だいこん ねぎ キャベツ もやし こまつな しその実	ポテトとほうれん草の おせんべい	ソースせん ヤクルト85ml
9 火	ごはん 牛乳 さば味噌煮 いものこ汁 菜の花和え	牛乳 鶏肉 さばの味噌煮 豆腐	米 さといも かたくり粉 さとう	だいこん えのきたけ ねぎ はくさい ほうれんそう なばな にんじん とうもろこし	ブルーチェ もも 牛乳	ざつまポテト
10 水	中華めん 牛乳 しょうゆラーメン 春巻き(肉団子あまみだれ) 中華和え いちご	牛乳 豚肉 春巻き	中華めん 揚げ油 さとう ごま油	にんじん メンマ とうもろこし キャベツ もやし ねぎ だいこん きゅうり チンゲンサイ いちご	アンパンマンのペビーせんべい	お米deいちごのスティックケーキ
11 木	ハニーロールパン 牛乳 ツナサンド コーンスープ フルーツゼリー和え	牛乳 ベーコン まぐろフレーク	ハニーロールパン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 米粉ホワイトルウ ゼリー	キャベツ きゅうり たまねぎ パセリ とうもろこし ぶどう いちご みかん パイン	赤ちゃんせんべい	たべっ子BABY りんごジュース100ml
12 金	ごはん 牛乳 にんじんごはん 鶏肉の照り焼き 五目汁 りんご	牛乳 鶏肉 豆腐 まぐろフレーク わかめ かまぼこ 油揚げ	米 さとう さといも	にんじん たけのこ えだまめ 干しいたけ はくさい ねぎ りんご	野菜ハイハイ	誕生ケーキ
13 土	うどん 牛乳100ml きつねうどん やさしいゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ	うどん さとう ゼリー	たまねぎ にんじん ねぎ みかん	ソフトな塩せん	ミニハート つぶせんべい
15 月	米粉入りパン 牛乳 ハムステーキ 焼きそば 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 豚肉 豆腐 ポロニアステーキ かまぼこ あおのり	米粉入りパン 焼きそばめん サラダ油 ゼリー	にんじん キャベツ みかん パイン 黄桃	カルマダふわせん 発芽玄米入り	おはぎ きなこ
16 火	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 華風スープ ナムル	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 かまぼこ	米 さとう ごま油 かたくり粉	ねぎ たけのこ にんじん 干しいたけ にんにく しょうが はくさい たまねぎ とうもろこし いら もやし だいこん きゅうり	オレンジ	みたらしだんご
17 水	ごはん 牛乳 カレーライス(クリームシチュー) ミートボール グリーンサラダ	牛乳 豚肉 たれ付き肉団子	米 じゃがいも 米粉カレールウ ドレッシング	にんじん たまねぎ トマト ブロッコリー きゅうり キャベツ	ふわふわチップにんじん味	Ca&鉄入りおこめリング 甘口しょうゆ味 ジョアプレーン125ml
18 木	ごはん 牛乳 いわし梅煮 豚汁 ゆかり和え いちご	牛乳 豚肉 いわし梅煮 豆腐 油揚げ みそ	米 さといも	だいこん ごぼう ねぎ はくさい きゅうり もやし 赤しそ粉 いちご	まんまるソフトせんべい	ベルギーワッフル
19 金	ごはん 菜飯 牛乳 ささみカツ(魚角煮) ゆばのすまし汁 新香和え ミニゼリー	牛乳 ゆば ポテトとお米のささみカツ 豆腐 かまぼこ	米 揚げ油 ゼリー	えのきたけ みつば キャベツ きゅうり だいこん漬け 洋なし 広島菜 京菜 大根菜	かぼちゃせんべい	カリポテニ 赤ぶどうジュース100ml
22 月	黒糖パン 牛乳 ハンバーグ ポトフ フレンチサラダ	牛乳 ハンバーグ ウインナー	黒糖パン じゃがいも さとう サラダ油	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ きゅうり とうもろこし	ふんわりそふとせん	ひこうきビスケット 野菜&フルーツジュース100ml
23 火	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き けんちん汁 おかか和え	牛乳 鶏肉 豆腐 秋さげ塩焼き 油揚げ かつお節	米 さとう さといも	だいこん ごぼう ねぎ 干しいたけ にんじん はくさい ほうれんそう もやし	りんご	アンパンマンのソフトせんべい オレンジジュース100ml
24 水	ごはん 牛乳 コーンピラフ 枝豆コロッケ(じゃがいもそぼろ煮) ジュリエヌスープ フルーツカップ	牛乳 鶏肉 かまぼこ	米 マーガリン 枝豆コロッケ 揚げ油	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし パセリ にんじん だいこん キャベツ みずな いちご オレンジ メロン	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	ロールケーキ
25 木	白玉うどん 牛乳 野菜あんかけうどん つくね 浅漬け	牛乳 鶏肉 こんぶ かまぼこ 油揚げ ごぼう入りつくね	白玉うどん かたくり粉	えのきたけ はくさい 干しいたけ ねぎ だいこん きゅうり にんじん	ハイハイ	豆乳プリン
26 金	ごはん さけふりかけ 牛乳100ml カリフラワー和風ドレッシング和え 麻婆茄子 青梗菜炒め タンドリーチキン風 オレンジ (鶏そぼろ すまし汁 ミニゼリー)	牛乳 豚肉 みそ 鶏肉 さけふりかけ	米 ドレッシング さとう かたくり粉 トントキオイル 油	カリフラワー かいわれ なす チンゲンサイ にんじん オレンジ	おかかせんべい	鬼まんじゅう
27 土	うどん 牛乳100ml みそうどん ぶどうゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ	うどん さとう ゼリー	にんじん ねぎ えのきたけ はくさい ぶどう	玄米ぼんせん	コーンバタージュ風味 ひとくちおかし
29 月	ごはん わかめふりかけ 牛乳100ml ツナコーン和風ドレッシング和え 焼き肉 ひじき煮付 ほくほくコロッケ 黄桃缶 (いわしオレンジ煮 ほうとう汁 ミニゼリー)	牛乳 豚肉 みそ ひじき 油揚げ 豚肉 わかめふりかけ	米 ドレッシング さとう 揚げ油 ほくほくコロッケ	とうもろこし きゅうり たまねぎ 赤ピーマン 黄桃缶	むらさきいものおせんべい	こつぶじゃがあられ
30 火	ごはん のりふりかけ 牛乳100ml 磯辺白身フライ 小松菜お浸し みそおでん パイン缶 (ツナそぼろ 大根のみそ汁 ミニゼリー)	牛乳 花型さつま みそ ひとくち磯辺白身フライ のりふりかけ	米 さとう 揚げ油	こまつな にんじん こんにやく だいこん パイン缶	サクッとあられ	コンソメコーン
31 水	ごはん おかかふりかけ 牛乳100ml いんげんコンソメ煮 餃子 コーン入り半平 キャベツゆかり和え イカ照り焼き オレンジ (肉団子 野菜スープ ミニゼリー)	牛乳 ソーセージ 餃子 とうもろこしのつまみ揚げ いか おかかふりかけ	米 さとう 揚げ油	いんげん たまねぎ キャベツ 赤しそ粉 オレンジ	鉄塩せん	花せんべい

献立名の( )内は0、1歳児の別献立です。

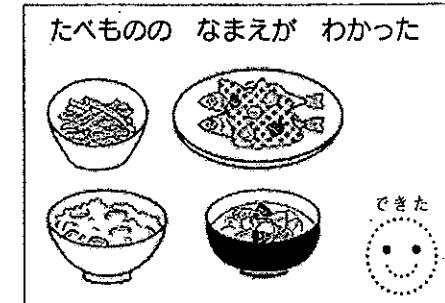
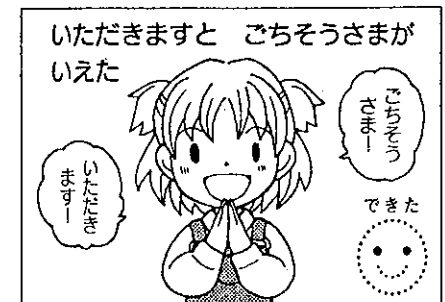
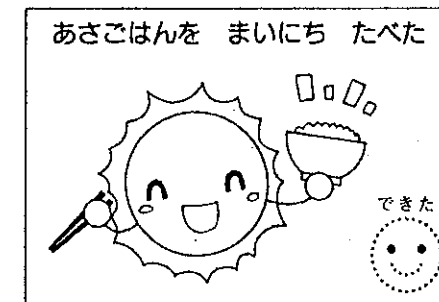
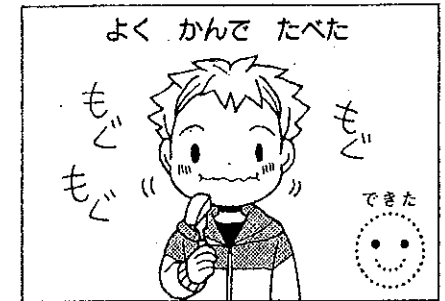
※ 都合により献立を変更する場合があります。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。

# 1年間の食生活をふり返りましょう

子どもたちにとって「食」を通じて経験したことは、体や心の成長に大きな影響を与えます。食事は人とのかかわりや、思いやり、マナーなども経験することができます。まずは子どもたちと楽しんで一緒に食事をしましょう。

## できたものには😊にいろをぬろう



3月3日

### 桃の節句と食べ物

3月3日は、女の子の幸せを願う桃の節句です。桃の節句の行事食には、はまぐりのうしお汁があります。はまぐりの貝は、対になっているもの以外とは合わないことから、夫婦の仲のよさをあらわすといわれています。

