

# 令和3年4月 保育園給食献立表

清須市学校給食センター



## 給食について



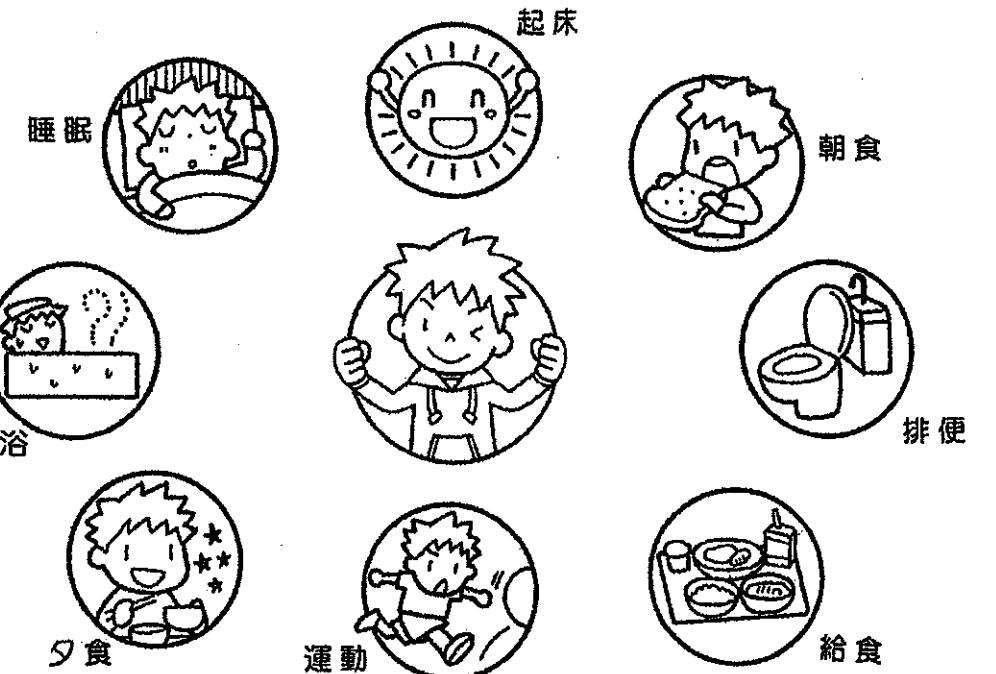
ご入園、ご進級おめでとうございます。  
園での給食は、栄養バランスはもちろんのこと、安全を第一に考え、子ども達の健康づくりに役立ちたいと考えております。

### ～主な内容～

- ◎ごはん中心の献立で、お米は愛知県産の「あいちのかおり」を使用します。パンや麺の日もあります。
- ◎おかずは食生活に興味を持てるような旬の食材・行事食・郷土食を取り入れ、地産地消につとめています。
- ◎牛乳は毎日100cc飲みます。
- ◎おやつは乳児が午前・午後の2回、幼児が午後1回食べます。



## 新年度は1日の生活リズムをつけるよい機会です



幼児期は、生活習慣の基礎が確立する大切な時期です。  
昔から、「寝る子は育つ」と言われるように、睡眠は食べることと同じくらい大切です。よく眠り、しっかり朝ごはんを食べるといふ、当たり前の生活リズムをきちんと身に付けましょう。

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	木	ごはん さけふりかけ 牛乳100ml 伊阿アツマカニ 五目巾着付け 蒟蒻煮付け ブロッコリー中華炒め 野菜入りメンチカツ 洋梨缶 (かぼちゃそぼろ煮 えのきのみそ汁 ミニゼリー)	牛乳 五目茶巾 五種野菜入園産豚肉メンチカツ さけふりかけ	米 マカロニ さとう 揚げ油	黄ピーマン トマト こんにやく ブロッコリー しいたけ 洋梨	にんじんせんべい	きなこおかし
2	金	ごはん のりふりかけ 牛乳100ml 星形ポテト ミニステーキ 金平牛蒡 菜の花炒め物 チキングリル ゼリー (魚角煮 わかめ汁 ミニゼリー)	牛乳 ミニステーキ 鶏肉 茎わかめ のりふりかけ	米 星形ポテト 揚げ油 さとう 油 ゼリー	ごぼう なばな にんじん りんご いちご ぶどう バイン オレンジ メロン	野菜入りそふとせん	二色あられ
3	土	うどん 牛乳100ml ほうとうどん みかんゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ みそ	うどん ゼリー	はくさい にんじん ねぎ かぼちゃ しいたけ みかん	紫芋ふんわりせんべい	つぶせんべい きなこ糖
5	月	ごはん わかめふりかけ 牛乳 切干大根トコ煮 花型さつま煮付け ウィナー 枝豆炒め物 サーモンフライ みかん缶 (いわし梅煮 じゃがいものみそ汁 ミニゼリー)	牛乳 花型さつま 皮なしサーモンウィンナー サーモンフライ わかめふりかけ	米 さとう 揚げ油	切干大根 ピーマン えだまめ たまねぎ みかん	かぼちゃポーロ	アンパンマンソフトせんべい りんごジュース100ml
6	火	ごはん おかかふりかけ 牛乳 さつま芋甘露煮 プチアメリカンドッグ 洋梨缶 人参和風ドレッシング和え 蓮根ブイヨン煮 照り焼きハンバーグ (肉豆腐 すまし汁 ミニゼリー)	牛乳 プチアメリカンドッグ グリルハンバーグ おかかふりかけ	米 揚げ油 さとう さつま芋甘露煮 油 かたくり粉 ドレッシング	にんじん キャベツ れんこん とうもろこし 洋梨	ポテトとほうれん草の おせんべい	Ca&鉄入りおこめリング 甘口しょうゆ味
7	水	ごはん 牛乳 カレーライス(じゃがいも煮) イタリアンサラダ バインアップル	牛乳 豚肉 ハム	米 じゃがいも 米粉カレーウ ドレッシング	にんじん たまねぎ トマト キャベツ きゅうり 赤ピーマン とうもろこし バイン	サクッとあられ	豆乳プリン とろける
8	木	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 合わせみそ汁 ゆかり和え	牛乳 鮭塩焼き 豆腐 油揚げ みそ わかめ	米	だいこん ねぎ もやし キャベツ こまつな 赤しそ粉	まんまるソフトせんべい	銀シャリ おにぎりせんべい 米粉ロールクッキー
9	金	デニッシュパン 牛乳 照り焼きチキン ポテトスープ ハムサラダ	牛乳 照り焼きチキン ハム	デニッシュパン じゃがいも さとう サラダ油	にんじん たまねぎ パセリ ブロッコリー キャベツ とうもろこし	りんご	コーンスナックソース味
10	土	うどん 牛乳100ml 米粉入りパン 焼きそば 肉団子 フルーツゼリー和え	牛乳 鶏肉 かまぼこ 鶏肉団子あまみだれ あおのり	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 もも	カルマフわせん 無芽玄米入り	おせんべいサラダ味 はっぴーラムネ カリボデミ
12	月	ごはん 牛乳 さんまみぞれ煮 豚汁 おかか和え	牛乳 さんまみぞれ煮 豚肉 豆腐 油揚げ みそ かつお節	米 さといも さとう	だいこん ごぼう ねぎ キャベツ ほうれんそう もやし	バインアップル	コンソメコーン
13	火	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 春雨スープ ナムル	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉	米 さとう ごま油 かたくり粉 はるさめ	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 なら とうもろこし もやし だいこん きゅうり	アンパンマンの ベビーせんべい	お米deバナナスティックケーキ
14	水	ごはん 牛乳 コーンピラフ キャベツ入りメンチカツ (鶏肉団子ケチャップソース) ジュリエンスープ オレンジ	牛乳 鶏肉 かまぼこ キャベツ入りメンチカツ	米 マーガリン 揚げ油	たまねぎ 赤ピーマン えだまめ マッシュルーム とうもろこし にんじん だいこん はくさい みずな オレンジ	おかかせんべい	こつぶじゃがあられ 赤ぶどうジュース100ml
15	木	ごはん 牛乳 さわら西京焼き 吉野汁 磯和え	牛乳 さわら西京焼 鶏肉 のり	米 じゃがいも かたくり粉 さとう	こんにやく 干しいたけ にんじん だいこん ねぎ もやし キャベツ ほうれんそう	がんばれ小魚家族	あまからせん うす焼サラダせんべい
16	金	うどん 牛乳100ml きつねうどん ぶどうゼリー	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 ぶどう	ふんわりソフトせん	きなこあられ 花せんべい
17	土	ごはん 牛乳 ハヤシライス ポイルウインナー コーンサラダ ミニゼリーりんご	牛乳 牛肉 ポークフランク	米 じゃがいも 米粉のハヤシルウ ドレッシング ゼリー	にんじん たまねぎ グリンピース トマト とうもろこし ブロッコリー キャベツ きゅうり りんご	かぼちゃせんべい	さつまポテト
19	月	中華めん 牛乳 ちゃんぽんめん 唐揚げ (鶏肉照り焼き) フルーツポンチ	牛乳 豚肉 なた豆乳 鶏肉	中華めん 揚げ油 かたくり粉 ゼリー	にんじん キャベツ もやし メンマ ねぎ にんにく しょうが りんご ぶどう バイン 黄桃	野菜ハイハイ	米粉カップケーキいちご
20	火	ごはん 牛乳 鶏そぼろ丼 どさんこ汁 お浸し	牛乳 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	米 さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが だいこん とうもろこし ねぎ はくさい もやし ほうれんそう	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	黒豆きなこあられ
21	水	ごはん 牛乳 さばおかか煮 けんちん汁 しそひじき和え	牛乳 さばおかか煮 鶏肉 豆腐 油揚げ ひじき	米 さといも	にんじん だいこん ごぼう ねぎ 干しいたけ こまつな キャベツ もやし しその実	ソフトな小魚せん	たべっこBABY 牛乳100ml
22	木	ごはん 牛乳 豚肉しょうが炒め 呉汁 浅漬け	牛乳 豚肉 大豆 油揚げ 豆腐 昆布 みそ	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 たけのこ だいこん えのきたけ ねぎ はくさい キャベツ きゅうり	バナナ	スイートコーンおかし
23	金	うどん 牛乳100ml わかめうどん りんごゼリー	牛乳 豚肉 かまぼこ わかめ	うどん ゼリー	たまねぎ にんじん ねぎ りんご	カルシウム入り ベビースティック	こんぶあられ おこめパフ塩
24	土	白玉うどん 牛乳 五目野菜あんかけ 豆腐包み焼き ツナ和え	牛乳 鶏肉 かまぼこ 和風豆腐の包み焼き 油揚げ まぐろフレーク	白玉うどん かたくり粉 さとう	干しいたけ にんじん はくさい ねぎ キャベツ だいこん ほうれんそう	むらさきいもせんべい	マドレーヌ
25	月	ごはん 牛乳 ピザパ わかめスープ 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 牛肉 わかめ かまぼこ 豆乳	米 さとう ごま油 ゼリー	ぜんまい にんにく しょうが にんじん もやし ほうれんそう とうもろこし なら たまねぎ バイン 黄桃 みかん	花花せんべい	ひこうきビスケット ヤクルト65ml
26	火	ごはん 牛乳 ハンバーグトマトソース コーンスープ フレンチサラダ	牛乳 ハンバーグ ベーコン 鶏肉	米 さとう 米粉のホワイトウ サラダ油	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ ブロッコリー キャベツ きゅうり	ブルーチェ いちご 牛乳	マスカットゼリー
27	水	ごはん 牛乳 たけのこご飯 白身魚フライ(いわしオレンジ煮) みそ汁メロン	牛乳 鶏肉 ホキフライ 豆腐 油揚げ わかめ みそ	米 さとう サラダ油 揚げ油 じゃがいも	たけのこ にんじん こんにやく えだまめ 干しいたけ はくさい しめじ ねぎ メロン	鉄塩せん	かしわもち (お子様せんべい)

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～うちでごはんの日」です。