

令和2年9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	細くかになる食品	体の調子を整える食品	乳児おやつ	全園児おやつ
1	火	ソフトめん トマトソースかけ 照り焼きチキン 温野菜 冷凍ピーチ	牛乳 まぐろフレーク 鶏胸肉 ウインナー	ソフトめん じゃがいも 米粉のハヤシルウ さとう マーガリン	にんじん たまねぎ マッシュルーム えだまめ トマト にんにく キャベツ とうもろこし パセリ 黄桃	ふわふわチップにんじん味	つぶせんべい オレンジジュース100ml
2	水	ごはん カレーライス(クリームシチュー) ポイルウインナー グリーンサラダ ミニりんごゼリー	牛乳 豚肉 ポークファンク	米 じゃがいも 米粉カールウ さとう サラダ油 ゼリー	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 とうもろこし りんご	かぼちゃポーロ	ガリガリ君 ぶどう味
3	木	ごはん さんま銀紙焼き なめこ汁 しそひじき和え	牛乳 油揚げ 豆腐 さんま銀紙焼き みそ わかめ ひじき	米	だいこん なめこ ねぎ こまつな はくさい もやし しその実	フルーチェ いちご 牛乳	お米deメープルマフィン
4	金	黒糖パン かわいいソフトフライ(魚角煮) キャロットスープ コーンサラダ	牛乳 鶏肉 かわいいソフトフライ ハム	黒糖パン 揚げ油 米粉のホワイトウ サラダ油 さとう	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ キャベツ きゅうり とうもろこし	コーンスナックソース味	たべっ子BABY
5	土	うどん 五目うどん ももゼリー	牛乳 鶏肉 かまぼこ	うどん ゼリー	たまねぎ にんじん ほうれんそう ねぎ 干しいたけ もも	赤ちゃんせんべい	きな粉棒 サラダおかし
7	月	ごはん さばおほかか煮 ゆばのすまし汁 浅漬け	牛乳 ゆば かまぼこ さばのおほかか煮 こんぶ	米	えのきたけ はくさい みつば だいこん もやし きゅうり	ポテトとほうれん草の おせんべい	豆乳アイス
8	火	冷やし中華めん 冷やし中華(めんつゆ) 肉団子 枝豆 梨(ミニ洋なしゼリー)	牛乳 ハム たれ付き肉団子	冷やし中華めん	にんじん きゅうり キャベツ もやし えだまめ 梨	ハイハイ	みたらしだんご
9	水	ごはん チキンライス かりかり白身フライ(いわしみぞれ煮) ジュリエンスープ	牛乳 鶏肉 ホキフライ ベーコン	米 揚げ油 サラダ油	赤ピーマン たまねぎ マッシュルーム えだまめ トマト にんじん だいこん はくさい パセリ	玄米ぼんせん	チーズ蒸しケーキ
10	木	ドッグパン ハンバーグサンド きのこスープ フレンチサラダ 巨峰(ミニゼリー)	牛乳 鶏肉 ホットドッグハンバーグ	ドッグパン さとう サラダ油	にんじん たまねぎ もやし えのきたけ マッシュルーム 干しいたけ ブロッコリー キャベツ きゅうり 黄ピーマン 巨峰	かぼちゃせんべい	ミレービスケット 牛乳100ml
11	金	ごはん 豚肉のしょうが炒め 呉汁 ゆかり和え	牛乳 豚肉 大豆 豆腐 みそ 油揚げ	米 さとう かたくり粉	しょうが にんにく にんじん たけのこ たまねぎ えのきたけ だいこん ごぼう ねぎ キャベツ きゅうり もやし 赤しそ粉	オレンジ	黒っこ
12	土	うどん ほうとううどん りんごゼリー	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 りんご	野菜入りそふとせん	二色あられ はっぴーラムネ
14	月	ごはん いわしの梅煮 冬瓜汁 お浸し	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ かまぼこ いわし梅煮	米 かたくり粉 さとう	干しいたけ とうがら ねぎ キャベツ もやし こまつな にんじん	アンパンマンの ベビーせんべい	お米deいちごのスティックケーキ
15	火	ごはん 厚焼き玉子 豚汁 土佐和え	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ 厚焼き玉子 みそ かつお節	米 さといも さとう	ごぼう だいこん ねぎ にんじん はくさい こまつな もやし	カルマフむわせん 発芽玄米入り	ガリガリ君 ソーダ味
16	水	ごはん 高野豆腐入りそぼろ丼 けんちん汁 新香和え メロン	牛乳 鶏肉 高野豆腐 油揚げ	米 さとう	にんじん 干しいたけ えだまめ しょうが ごぼう えのきたけ こんにゃく だいこん はくさい キャベツ きゅうり だいこん漬 メロン	紫芋ふわりせんべい	ひこうきビスケット
17	木	ごはん みそチキンカツ(じゃがいも煮) 沢煮焼 青菜和え	牛乳 みそ 豚肉 米粉チキンカツ かまぼこ	米 さとう 揚げ油	だいこん わらび たけのこ しめじ なめこ 干しいたけ みつば こまつな はくさい きゅうり にんじん 広島菜 京菜 大根葉	にんじんせんべい	きなこあられ 赤ぶどうジュース100ml
18	金	ブルーベリーパン 焼きそば ミートボール 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 豚肉 豆腐 かまぼこ 青のり たれ付き肉団子	ブルーベリーパン 焼きそばめん サラダ油 ゼリー	にんじん キャベツ みかん 黄桃 洋梨 パイナップル さくらんぼ	ソフトな小魚せん	鬼まんじゅう
19	土	うどん わかめうどん やさしいゼリー	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 みかん	カルシウム入り ベビースティック	ひとくちおかし とうもろこしあられ
23	水	ごはん 鮭の塩焼き さつまい 磯和え	牛乳 鮭の塩焼き 鶏肉 豆腐 みそ のり	米 さつまいも さとう	ごぼう えのきたけ ねぎ もやし はくさい ほうれんそう にんじん	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	アンパンマンのソフトせんべい りんごジュース100ml
24	木	ごはん ハヤシルライス オムレツ イタリアンサラダ オレンジ	牛乳 牛肉 オムレツ	米 じゃがいも 米粉のハヤシルウ ドレッシング	にんじん たまねぎ グリンピース トマト 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 オレンジ	むらさきいものおせんべい	いろいろ 白
25	金	中華めん しょうゆラーメン しゅうまい フルーツカクテル	牛乳 焼き豚 しゅうまい 豆乳	中華めん ゼリー	にんじん メンマ とうもろこし キャベツ ねぎ もやし いちご レモン ブルーベリー りんご ぶどう もも パイン	野菜ハイハイ	ベルギーワッフル
26	土	うどん 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	お米のスナックサラダ味	ミニのりすけ もち小丸
28	月	ハニーロールパン ツナサンド ミネストローネ フルーツゼリーよせ	牛乳 まぐろフレーク 鶏肉 大豆	ハニーロールパン ノンエッグマヨネーズ さとう ゼリー	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん えだまめ トマト 黄桃 和梨 みかん パイナップル	まんまるソフトせんべい	Ca&鉄入りおこめリング 甘口しょうゆ味
29	火	ごはん ごぼう入りつくね 合わせみそ汁 ごま和え	牛乳 豆腐 油揚げ ごぼう入りつくね わかめ みそ	米 さとう ごま	だいこん えのきたけ かぼちゃ ねぎ はくさい もやし こまつな にんじん	りんご	わらびもち
30	水	ごはん チャーハン 唐揚げ(鶏照り煮) 中華スープ パインアップル	牛乳 焼き豚 鶏肉 かまぼこ 豆腐 わかめ	米 サラダ油 かたくり粉 揚げ油	にんじん たけのこ 干しいたけ ねぎ にんにく しょうが もやし とうもろこし はくさい にはい	おかしせんべい	衛生ケーキ

自宅で出来る災害の備え  
~東海豪雨から20年経ちました~

清須市は庄内川・新川・五条川の3つの河川とともに暮らしています。そして東海豪雨によって大きな被害をうけました。災害はいつ起こるか分かりません。そのためにも日頃から災害時に備えておくことが大切です。

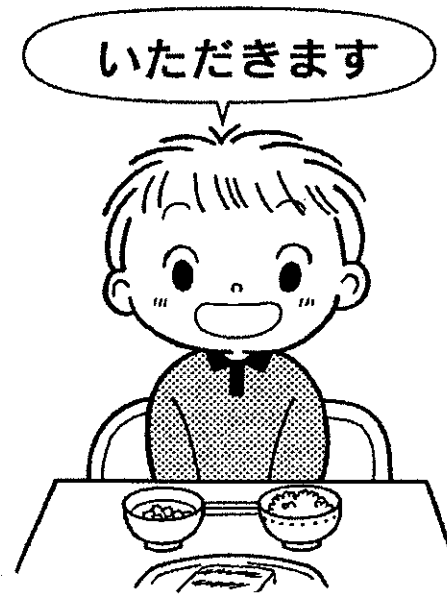


備蓄品を準備しておきましょう

- ・日常品を少し多めに備える「日常備蓄」を意識し、備蓄する食品は「食べなれている食品」を選ぶようにしましょう。
- ・備蓄食品の消費期限を定期的に点検し、消費期限が近くなったら食べ、食べたら買い足す備蓄方法「ローリングストック」をしましょう。
- ・備蓄品の内容は年に1度は見直しましょう。

食事のあいさつをしていますか？

毎日の食事のあいさつで、食べ物に対する感謝の心を育てましょう。



「いただきます」「ごちそうさま」とは、魚や肉、米、野菜などの命をいただき、つくってくれた人々への感謝の気持ちを込めた言葉であるといわれています。また、あいさつをすることで、生活の中に「食事のはじまり、終わり」という規律とリズムが生まれます。家庭でも食事前後のあいさつをするようにしましょう。

献立名の( )内は0、1歳児の別献立です。 毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。 ※ 都合により献立を変更する場合があります。