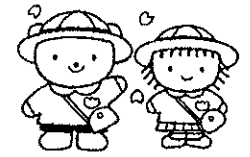


令和3年4月 幼稚園給食献立表

清須市学校給食センター



給食について



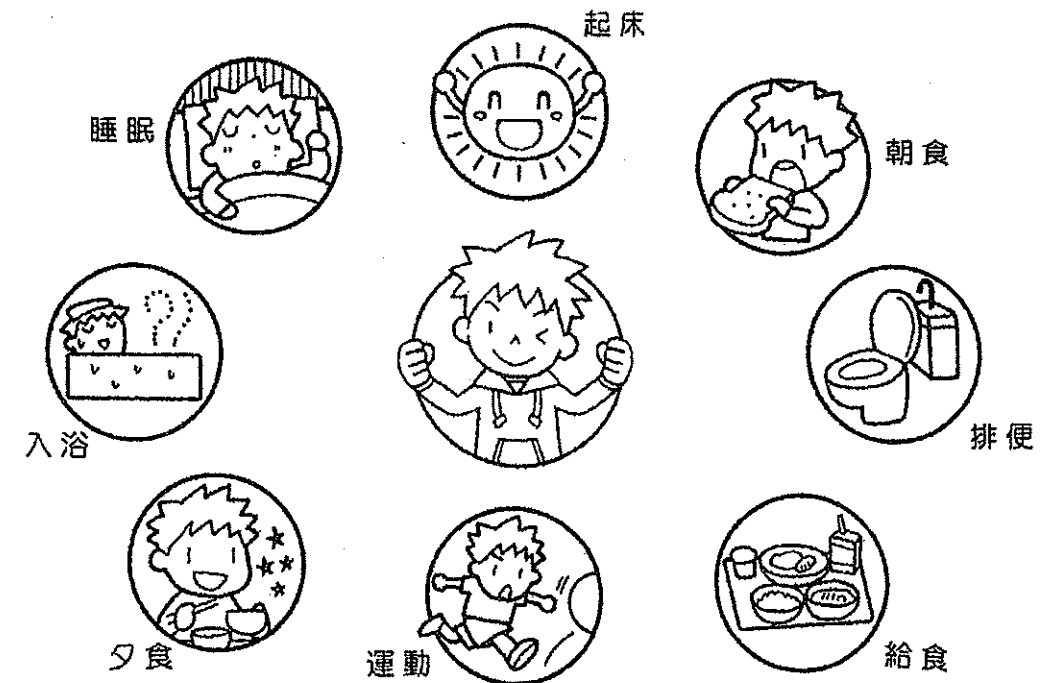
ご入園、ご進級おめでとうございます。
園での給食は、栄養バランスはもちろんのこと、安全を第一に考え、子ども達の健康づくりに役立ちたいと考えております。

～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。



新年度は1日の生活リズムをつけるよい機会です



| 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 |
|----|---|---|--|-----------------------------------|---|
| 12 | 月 | 米粉入りパン 焼きそば 肉団子 フルーツゼリー和え 牛乳 | 牛乳 豚肉 かまぼこ 鶏肉団子あまみだれ あおのり | 米粉入りパン やきそばめん サラダ油 ゼリー | にんじん キャベツ いちご レモン ブルーベリー パイン 黄桃 |
| 13 | 火 | ごはん さんまみぞれ煮 豚汁 おかか和え 牛乳 | 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 |
| 14 | 水 | ごはん 麻婆豆腐 春雨スープ ナムル 牛乳 | 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 たまねぎにら とうもろこし もやし だいこん きゅうり |
| 15 | 木 | ごはん コーンピラフ キャベツ入りメンチカツ ジュリエンスープ オレンジ 牛乳 | 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 |
| 16 | 金 | ごはん さわら西京焼き 吉野汁 磯和え 牛乳 | 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 | こんにゃく 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 |
| 19 | 月 | ごはん 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 |
| 21 | 水 | ごはん 鶏そぼろ丼 どさんこ汁 お浸し 牛乳 | 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 |
| 22 | 木 | ごはん さばおかか煮 けんちん汁 しそひじき和え 牛乳 | 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 |
| 23 | 金 | ごはん 豚肉しょうが炒め 呉汁 浅漬け 牛乳 | 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 |
| 26 | 月 | 白玉うどん 五目野菜あんかけ 豆腐包み焼き ツナ和え 牛乳 | 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 |
| 27 | 火 | ごはん ビビンバ わかめスープ 豆乳杏仁フルーツ 牛乳 | 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 にら たまねぎ パイン 黄桃 みかん |
| 28 | 水 | ごはん 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 | 牛乳 ハンバーグ ベーコン 鶏肉 | 米 さとう 米粉のホワイトルウ 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 |
| 30 | 金 | ごはん たけのご飯 白身魚フライ みそ汁 かしわもち 牛乳 | 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 かしわもち | たけのこ にんじん こんにゃく えだまめ 干しいたけ はくさい しめじ ねぎ |

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。

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。