

令和4年3月 幼稚園給食献立表

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
1	火	黒糖パン 照り焼きチキン キャロットスープ 牛乳 コーンサラダ	牛乳 ベーコン 照り焼きチキン	黒糖パン 米粉ホワイトルウ ドレッシング	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ ブロッコリー とうもろこし キャベツ みずな
2	水	ごはん 中華飯 わかめスープ 牛乳 フルーツポンチ	牛乳 豚肉 なると 鶏肉 わかめ	米 ごま油 かたくり粉 ゼリー	たけのこ キャベツ にんじん たまねぎ 干しいたけ しょうが にんにく はくさい えのきたけ にら とうもろこし いちご ブルーベリー レモン みかん パイン 黄桃
3	木	ごはん ささみカツ うしお汁 牛乳 磯和え ミニゼリーグレープ	牛乳 あさり 豆腐 ポテトとお米のささみカツ かまぼこ のり	米 揚げ油 さとう ゼリー	広島菜 京菜 大根葉 とうもろこし にんじん 梅 かぼちゃ ほうれんそう はくさい キャベツ もやし きゅうり ぶどう りんご
4	金	ごはん さわら西京焼き 沢煮わん 牛乳 しそひじき和え パインアップル	牛乳 豚肉 油揚げ さわら西京漬け かまぼこ ひじき	米	だいこん にんじん たけのこ 干しいたけ みつば こまつな はくさい もやし しその実 パイン
7	月	ソフトめん ミートソース ポテトソテー 牛乳 フルーツのヨーグルト和え	牛乳 牛肉 豚肉 ウィンナー ヨーグルト	ソフトめん さとう 米粉ハヤシルウ じゃがいも マーガリン	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ にんにく トマト キャベツ ブロッコリー とうもろこし 黄桃 パイン みかん パナナ
8	火	ごはん 麻婆豆腐 華風スープ 牛乳 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	ねぎ たけのこ にんじん 干しいたけ にんにく しょうが たまねぎ テンゲンサイ はくさい とうもろこし もやし だいこん きゅうり
10	木	レーズンパン ハムカツ コーンスープ 牛乳 グリーンサラダ	牛乳 鶏肉 ポロニアカツ	レーズンパン 揚げ油 ドレッシング 米粉ホワイトルウ	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ とうもろこし ブロッコリー キャベツ きゅうり
11	金	ごはん カレーライス ポイルウインナー 牛乳 フレンチサラダ オレンジ	牛乳 豚肉 ポークファンク まぐろフレーク	米 じゃがいも 米粉カレーウ サラダ油 さとう	にんじん たまねぎ トマト キャベツ きゅうり 黄ピーマン オレンジ
14	月	ごはん さばみそ煮 けんちん汁 牛乳 新香和え	牛乳 鶏肉 さばみそ煮 豆腐 油揚げ	米 さといも	にんじん だいこん ごぼう ねぎ 干しいたけ はくさい もやし だいこん漬
15	火	ごはん ハンバーグ和風ソース どさんこ汁 牛乳 ゆかり和え	牛乳 豚肉 ハンバーグ 豆腐 みそ	米 さとう かたくり粉 じゃがいも	にんじん とうもろこし ねぎ キャベツ もやし こまつな 赤しそ粉
16	水	ごはん ハッシュドビーフ オムレツ 牛乳 イタリアンサラダ お祝いいちごゼリー	牛乳 牛肉 ブレンオムレツ 豆腐	米 さとう 米粉ハヤシルウ ドレッシング ゼリー	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 いちご
18	金	ごはん ホキフライ 菜めし 牛乳 ゆばのすまし汁 菜の花和え ミニゼリーマスカット	牛乳 ゆば ホキ米粉フライ 豆腐 かまぼこ	米 さとう 揚げ油 ゼリー	広島菜 京菜 大根葉 だいこん えのきたけ みつば にんじん なばな はくさい もやし とうもろこし マスカット
22	火	ごはん 豆腐の包み焼き 豚汁 牛乳 ツナ和え	牛乳 豚肉 油揚げ 和風豆腐の包み焼き みそ まぐろフレーク	米 さとう さといも	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ キャベツ ほうれんそう にんじん
23	水	中華めん しょうゆラーメン しゅうまい 牛乳 甘酢和え ミニゼリー野菜	牛乳 豚肉 しゅうまい こんぶ チキン水煮	中華めん さとう ゼリー	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 はくさい きゅうり りんご オレンジ

※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年間の食生活を振り返りましょう

☆親子で一緒にチェックをしてみましょう☆

年齢や発達の違いなどにより子どもの育ちはさまざまですので、あくまで目安として参考にしてください。

朝食はきちんと食べていますか?

嫌いなものが1つでも少なくなりまし
たか?

食事の手洗いはきちんとできていますか?

よくかんで食べていますか?

朝・昼・夕食を規則正しくとっていますか?

はしを使えるようになりまし
たか?

食事の準備や後片づけのお手伝いをしていますか?

いろいろなものを食べるように挑戦していますか?

おやつ時間は決まっていますか?

ひな祭り



3月3日のひな祭りは、ひな人形を飾って女の子の健康と幸せを祈る日です。桃の節句や上巳の節句ともいわれています。行事食には、春の食材を使ったちらし寿司のほか、草もち、ひしもち、ひなあられ、はまぐりのお吸い物などがあります。