

令和4年6月 保育園給食献立表

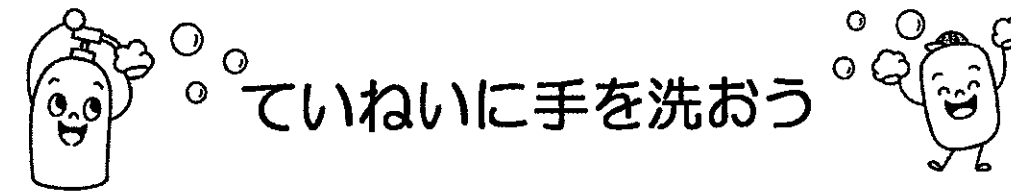
清須市学校給食センター

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	水	ごはん ホキフライ(いわし梅煮) 白みそ汁 牛乳 磯和え	牛乳 ホキ米パン粉フライ 豆腐 油揚げ わかめ みそ のり	米 揚げ油 さとう	だいこん えのきたけ ねぎ キャベツ もやし こまつな にんじん	にんじんせんべい	鬼まんじゅう
2	木	ごはん 麻婆豆腐 牛乳 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 たまねぎ チンゲンサイ はくさい とうもろこし もやし だいこん きゅうり	ヨーグルト いちごソース	おせんべいサラダ味 オレンジジュース100ml
3	金	ドッグパン ツナサンド 牛乳 ミネストローネスープ フルーツゼリー和え	牛乳 まぐろフレーク ウインナー 大豆	ドッグパン 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 バイン	おかかせんべい	フレンズクレープ ブルーベリー
4	土	うどん 牛乳100ml ほうとううどん 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 ししいたけ みかん	ソフトな塩せん	こめ棒くん ミニのりすけ
6	月	ごはん とうもろこしごはん 牛乳 ごぼう入りつくね すまし汁 メロン	牛乳 鶏肉 油揚げ ごぼう入りつくね 豆腐 かまぼこ	米 もち米 サラダ油	にんじん とうもろこし 干しいたけ いんげん だいこん えのきたけ みつば メロン	ふわふわチップじゃがいも味	こつぶめかぶあられ ぶどうジュース100ml
7	火	ごはん ハンバーグ和風ソース 牛乳 どさんこ汁 お浸し	牛乳 ハンバーグ 豚肉 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 はくさい もやし ほうれんそう	まんまるソフトせんべい	豆乳プリン
8	水	ごはん さばみそ煮 牛乳 吉野汁 ゆかり和え	牛乳 さばみそ煮 鶏肉 豆腐	米 かたくり粉	こんにゃく だいこん にんじん ねぎ 干しいたけ キャベツ もやし こまつな 赤しそ粉	オレンジ	焼きドーナツ ほうれん草
9	木	ごはん ハッシュドビーフ 牛乳 オムレツ フレンチサラダ ミニゼリーりんご	牛乳 牛肉 プレーンオムレツ まぐろフレーク	米 さとう 米粉ハヤシルウ サラダ油 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 キャベツ きゅうり 黄ピーマン りんご	カルマクふわせん 発芽玄米入り	さつまポテト 牛乳100ml
10	金	冷やし中華めん 牛乳 冷やし中華(めんつゆ) いかスティック(魚角煮) 枝豆 パインアップル	牛乳 ハム いかスティック	冷やし中華めん 揚げ油	にんじん きゅうり キャベツ もやし えだまめ バイン	かぼちゃポーロ	Ca&鉄入り おこめリング甘口しょうゆ味
11	土	うどん 牛乳100ml 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 ねぎ ほうれんそう 干しいたけ もも	野菜ハイハイ	きなこせんべい とうもろこしあられ
13	月	ごはん 赤魚紀州焼き 牛乳 のっぺい汁 青菜和え	牛乳 赤魚紀州漬け 鶏肉 豆腐 かまぼこ	米 さといも かたくり粉	だいこん ねぎ はくさい もやし こまつな 広葉菜 京菜 大根葉	むらさきいものおせんべい	お米deみかんタルト
14	火	ハイジ 牛乳 照り焼きチキン ポトフ イタリアンサラダ	牛乳 照り焼きチキン ウインナー	ハイジ じゃがいも ドレッシング	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ ブロッコリー みずな きゅうり 赤ピーマン とうもろこし	バインアップル	コンソメコーン りんごジュース100ml
15	水	ごはん 牛乳 ツナそぼろ丼 沢煮わん 甘酢和え オレンジ	牛乳 まぐろフレーク 豚肉 油揚げ かまぼこ こんぶ	米 さとう	たまねぎ えだまめ とうもろこし だいこん にんじん たけのこ 干しいたけ みつば キャベツ はくさい きゅうり オレンジ	ソフトな小魚せん	原宿ドッグ ナーブルカスタード
16	木	ごはん 牛乳 チキンとポテトの揚げがらめ(鶏肉団子あまみだれ) たまねぎのみそ汁 おおか和え	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ かつお節	米 かたくり粉 揚げ油 さとう	しょうが たまねぎ だいこん ねぎ キャベツ もやし にんじん	アンパンマンのおこめボール	おはぎ きなこ
17	金	ごはん 牛乳 ピピンパ わかめスープ フルーツポンチ	牛乳 牛肉 焼豚 わかめ	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 はくさい えのきたけ いら とうもろこし いちご ブルーベリー レモン みかん バイン 黄桃	ふんわりソフトせん	ミレービスケット ヤクルト65ml
18	土	うどん 牛乳100ml みそうどん やさしいゼリー	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 みかん	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	はっぴーラムネ うす焼きしょうゆせんべい
20	月	ごはん 牛乳 いわしオレンジ煮 五目汁 新香和え メロン	牛乳 鶏肉 いわしオレンジ煮 油揚げ かまぼこ	米	だいこん こまつな にんじん ねぎ 干しいたけ はくさい きゅうり だいこん漬け メロン	おこめせん おこめせん	お米deいちごのスティックケーキ
21	火	ごはん 牛乳 カレーライス(じゃがいも煮) ポイルウインナー グリーンサラダ ミニゼリー洋梨	牛乳 豚肉 ポークフランク	米 じゃがいも 米粉カレーウ ドレッシング ゼリー	にんじん たまねぎ トマト ブロッコリー キャベツ きゅうり 洋梨	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 赤ぶどうジュース100ml
22	水	ごはん 牛乳 ささみカツ(鶏そぼろ) 呉汁 ごま和え	牛乳 大豆 油揚げ ポテトとお米のさき身カツ 豆腐 みそ	米 揚げ油 さといも さとう ごま	えのきたけ だいこん ねぎ ほうれんそう もやし はくさい にんじん	ハイハイ	カステラクリームサンド
23	木	冷やし白玉うどん 牛乳 冷やしうどん 豆腐の包み焼き きんぴらごぼう	牛乳 まぐろフレーク わかめ 鶏肉 はんぺん 和風豆腐の包み焼き	冷やし白玉うどん さとう ごま油	キャベツ きゅうり もやし とうもろこし こんにゃく ごぼう にんじん いんげん	ブルーチエ ピーチ 牛乳	夏たべよ 野菜&フルーツジュース100ml
24	金	ごはん 牛乳 中華飯 しゅうまい 春雨スープ 冷凍白桃	牛乳 豚肉 なると 鶏肉 ポークしゅうまい	米 ごま油 かたくり粉 はるさめ	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 チンゲンサイ とうもろこし 白桃	かぼちゃせんべい	わらびもち
25	土	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	カルシウム入りベイスティック	ザラメせんべい もち小丸
27	月	ブルーベリーパン 牛乳 焼きそば 肉団子 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 豚肉 かまぼこ 青のり 味付け肉団子 豆乳	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 バイン 黄桃	サクッとあられ	アンパンマンのしょうゆせんべい アップル&キャラットジュース 125ml
28	火	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め さといものみそ汁 浅漬け	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ	米 さとう かたくり粉 さといも	しょうが たまねぎ ピーマン たけのこ しめじ ねぎ だいこん きゅうり にんじん	野菜入りそとせん	お米deかぼちゃのマフィン
29	水	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き けんちん汁 しそひじき和え	牛乳 鶏肉 秋さけ塩焼き 豆腐 油揚げ ひじき	米	にんじん だいこん ごぼう ねぎ 干しいたけ キャベツ もやし こまつな しその葉	バナナ	ひこうきビスケット 牛乳100ml
30	木	ごはん 牛乳 五目ピラフ ハムステーキ ジュリエンスープ オレンジ	牛乳 ベーコン ポロニアステーキ かまぼこ	米 マーガリン	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし 赤ピーマン パセリ はくさい にんじん えのきたけ みずな オレンジ	ポテトとほうれん草の おせんべい	さくらんぼゼリー

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。



ていねいに手を洗おう

衛生の基本でもある手洗いは、幼児期にしっかりと身につけたい習慣です。特に食事の前などはていねいに行うようにすることが大切です。

子どもたちに手洗いの大切さを伝えましょう



手はいろいろなものに触れます。そのため、目に見えない汚れや細菌、ウイルスなどが付いているかもしれません。手を洗わずに食事をすると、細菌やウイルスなどが手を介して、体内に入ってしまう。それを防ぐためにも食事の前などは石けんを使って、ていねいに手を洗いましょう。

<p>このあらいかた</p> <p>※おうちのひとと いったい しゃべりよう</p>	<p>1</p> <p>そでを まくるよ</p>	<p>2</p> <p>みずで ぬらすよ</p>	<p>3</p> <p>せっけんをつけて よく あわだてるよ</p>
<p>4</p> <p>このひらを あらうよ</p>	<p>5</p> <p>このこうを あらうよ</p>	<p>6</p> <p>ゆびさきを あらうよ</p>	<p>7</p> <p>ゆびと ゆびの あいだを あらうよ</p>
<p>8</p> <p>おやゆびを あらうよ</p>	<p>9</p> <p>てくびを にぎって あらうよ</p>	<p>10</p> <p>あわを みずで あらいながすよ</p>	<p>11</p> <p>せいかつな タオルで ふくよ</p>