

# 令和4年9月 幼稚園給食献立表

清須市学校給食センター

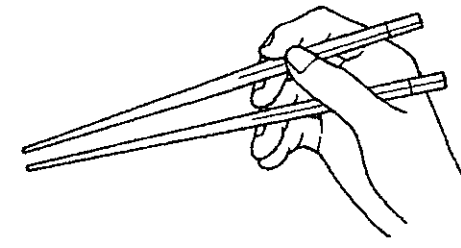
日	曜	献立名	血や肉や骨になる食品	働く力になる食品	体の調子を整える食品
2	金	ごはん ピビンパ わかめスープ 牛乳 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 牛肉 かまぼこ わかめ 豆乳	米 さとう ごま油 ゼリー	ぜんまい にんにく しょうが にんじん もやし ほうれんそう とうもろこし たまねぎ はくさい なら みかん パイン 黄桃
5	月	黒糖パン 牛乳 ハンバーグトマトソース ジュリエンスープ グリーンサラダ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	黒糖パン ドレッシング	にんじん たまねぎ はくさい みずな ブロッコリー きゅうり キャベツ とうもろこし
6	火	ごはん 牛乳 ごぼう入りつくね かぼちゃのみそ汁 おかか和え	牛乳 ごぼう入りつくね 豆腐 油揚げ みそ かつお節	米 さとう	かぼちゃ だいこん ねぎ キャベツ ほうれんそう もやし
7	水	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 春雨スープ フルーツ和え	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 ゼリー	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 いちご ブルベリー レモン みかん パイン 黄桃
8	木	ごはん 牛乳 かきまわし いわし梅煮 とうがん汁 冷凍白桃	牛乳 鶏肉 油揚げ 肉団子 いわし梅煮 かまぼこ	米 さとう サラダ油 かたくり粉	にんじん ごぼう こんにゃく えだまめ とうがん ねぎ 干しいたけ 白桃
9	金	ごはん 牛乳 唐揚げ のっぺい汁 しそひじき和え 十五夜デザート	牛乳 鶏肉 豆腐 かまぼこ ひじき	米 かたくり粉 揚げ油 さといも ゼリー	にんにく しょうが だいこん えのきたけ みずな こまつな キャベツ もやし しその実 りんご みかん ぶどう
12	月	ごはん 牛乳 さんまみぞれ煮 豚汁 お浸し	牛乳 さんまのみぞれ煮 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	米 さとう さといも	だいこん ごぼう ねぎ はくさい もやし ほうれんそう にんじん
13	火	冷やし白玉うどん 牛乳 冷やしうどん いかスティック 五目煮豆 ミニゼリーもも	牛乳 まぐろフレーク わかめ いかスティック 鶏肉 はんぺん 大豆	冷やし白玉うどん 揚げ油 さとう ゼリー	キャベツ きゅうり もやし とうもろこし こんにゃく たけのこ にんじん いんげん もも
14	水	ごはん 牛乳 牛丼 吉野汁 甘酢和え オレンジ	牛乳 牛肉 豆腐 油揚げ チキン水煮 こんぶ	米 さとう さといも かたくり粉	しらたき たまねぎ しょうが みつば にんじん はくさい ねぎ 干しいたけ だいこん キャベツ きゅうり オレンジ
15	木	ごはん 牛乳 たら塩麹焼き 合わせみそ汁 ごま和え	牛乳 たら塩麹焼き 豆腐 油揚げ わかめ みそ まぐろフレーク	米 さとう ごま	だいこん はくさい ねぎ ほうれんそう キャベツ もやし にんじん
16	金	ごはん 牛乳 肉団子 華風スープ ナムル	牛乳 味付け肉団子 焼豚 かまぼこ	米 かたくり粉 さとう ごま油	たまねぎ なら はくさい とうもろこし もやし だいこん きゅうり
20	火	ソフトめん 牛乳 ミートソースかけ オムレツ イタリアンサラダ	牛乳 豚肉 牛肉 プレーンオムレツ	ソフトめん さとう 米粉ハヤシルウ ドレッシング	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 きゅうり 赤ピーマン とうもろこし
21	水	ごはん 牛乳 チャーハン しゅうまい 五目スープ パインアップル	牛乳 焼豚 ポークシュウマイ 鶏肉 豆腐 わかめ	米 サラダ油	にんじん たけのこ 干しいたけ ねぎ もやし こまつな だいこん パイン
22	木	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き どさんこ汁 青菜和え	牛乳 秋さけ塩焼き 豚肉 豆腐 みそ	米 じゃがいも	にんじん とうもろこし ねぎ はくさい キャベツ きゅうり 広島菜 京菜 大根菜
26	月	ごはん 牛乳 ツナそぼろ丼 白みそ汁 磯和え 梨	牛乳 まぐろフレーク 豆腐 油揚げ みそ のり	米 さとう さといも	たまねぎ えだまめ とうもろこし はくさい ねぎ キャベツ もやし ほうれんそう にんじん なし
27	火	ごはん 牛乳 一口カツ たぬき汁 浅漬け	牛乳 ヒレカツ 豆腐 油揚げ 塩こんぶ	米 揚げ油	しらたき だいこん ねぎ しょうが はくさい きゅうり みずな にんじん
28	水	米粉入りパン 牛乳 照り焼きチキン ミネストローネ ポテトサラダ	牛乳 照り焼きチキン ベーコン 大豆	米粉入りパン さとう 米粉マカロニ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん えだまめ トマト きゅうり キャベツ とうもろこし
29	木	ごはん 牛乳 さばおほかか煮 すまし汁 鉄火みそ	牛乳 さばおほかか煮 豆腐 豚肉 大豆 はんぺん みそ	米 さとう	だいこん えのきたけ はくさい みつば にんじん ごぼう れんこん こんにゃく いんげん
30	金	ごはん 牛乳 カレーライス ポイルウイナー チキンサラダ オレンジ	牛乳 豚肉 ポークフランク チキン水煮	米 じゃがいも 米粉カレールーウ 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 とうもろこし 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。

## はしを正しく持とう

はしをきちんと持って上手に使えると、見た目が美しく、スムーズに食事をすることができます。毎日の食事で正しいはしづかいを身につけましょう。

### はしの持ち方



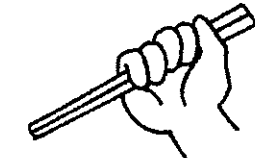
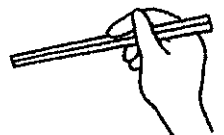
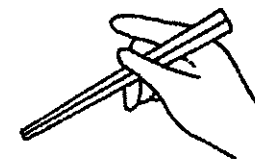
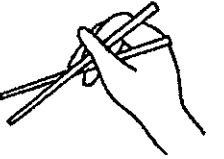
☆上のはしは、えんぴつのように持ちます。

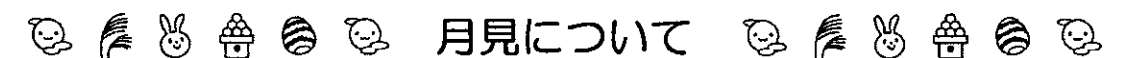
☆下のはしは、薬指と親指で支えます。

☆はしの間に中指が入るようにします。

☆はし先はそろえます。

### まちがったはしの持ち方をしていませんか？

<p>●握りはし 二本のはしをぎゅっと握る持ち方。はしとしては機能しません。</p> 	<p>●ペンばし 薬指を使わない、えんぴつの持ち方。作用ばしが不安定で、はし先がほとんど開きません。</p> 
<p>●ひとさしばし ひとさし指を使わないで、はしから浮かして使います。</p> 	<p>●交差ばし はし先が交差する持ち方。はし先がそろわないので、小さな食べ物がつかめません。</p> 



### 月見について

月見は、十五夜と十三夜にススキや月見だんご、里芋などを供えて美しい月を眺める行事です。

月見の風習は、中国から伝わり、平安時代には貴族の間で月見のうたげが行われるようになりました。江戸時代になると庶民に広まり、豊作祈願や収穫への感謝の意味を込めて月に供えものをしていたと言われています。

**今年の十五夜は  
9月10日、十  
三夜は10月8  
日です。**