

令和5年1月 幼稚園給食献立表

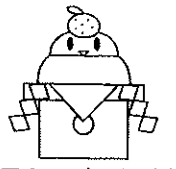
清須市学校給食センター

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
10	火	ごはん	ハンバーグ和風ソース 合わせみそ汁	牛乳 ハンバーグ 豆腐 油揚げ	米 さとう かたくり粉	たまねぎ ねぎ こまつな キャベツ もやし しその実
11	水	ごはん	麻婆豆腐 華風スープ	牛乳 豚肉 豆腐 みそ	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
12	木	ごはん	白身魚フライ けんちん汁	牛乳 鶏肉 豆腐 カレイ米パン粉フライ	米 揚げ油 さといも さとう	にんじん だいこん ごぼう ねぎ はくさい ほうれんそう きゅうり
13	金	ソフトめん	ミートソース オムレツ	牛乳 豚肉 プレーンオムレツ	ソフトめん 米粉ハヤシルウ	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 ブロッコリー キャベツ みずな
16	月	ごはん	かきまわし さんまみぞれ煮	牛乳 鶏肉 油揚げ さんまみぞれ煮	米 さとう サラダ油	にんじん ごぼう こんにゃく えだまめ だいこん はくさい えのきたけ ねぎ
17	火	ごはん	鶏肉の唐揚げ 沢煮わん	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ かまぼこ	米 かたくり粉 揚げ油	にんにく しょうが だいこん にんじん たけのこ 干しいたけ みつば キャベツ もやし こまつな 赤しそ粉
18	水	ドッグパン	ツナサンド ミネストローネスープ	牛乳 まぐろフレーク 鶏肉 大豆	ドッグパン さとう ゼリー ノンエッグマヨネーズ	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん えだまめ トマト ブロッコリー とうもろこし 洋梨
19	木	ごはん	豚肉のしょうが炒め 吉野汁	牛乳 豚肉 かまぼこ 豆腐	米 さとう かたくり粉	しょうが たまねぎ ピーマン たけのこ こんにゃく だいこん ねぎ 干しいたけ かぶ はくさい
20	金	中華めん	みそラーメン しゅうまい	牛乳 豚肉 なた みそ チキン水煮	中華めん さとう ごま油	キャベツ にんじん メンマ とうもろこし ねぎ チンゲンサイ きゅうり もやし みかん
24	火	ごはん	カレーライス ミートボール	牛乳 豚肉 鶏肉団子ケチャップソース	米 じゃがいも 米粉カレールウ	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 オレンジ
25	水	ごはん	関東煮 いわし梅煮	牛乳 豚肉 はんぺん 厚揚げ	米 さといも さとう	にんじん だいこん こんにゃく はくさい もやし こまつな 広島菜 京菜 大根葉
26	木	フチパンキンパン	メンチカツ ホワイトスープ	牛乳 鶏肉 豚とチキンのミンチカツ	フチパンキンパン 揚げ油 米粉ホワイトルウ	にんじん たまねぎ マッシュルーム えだまめ ブロッコリー キャベツ きゅうり 赤ピーマン
27	金	ごはん	中華飯 春雨スープ	牛乳 豚肉 なたと 鶏肉	米 ごま油 かたくり粉	たけのこ キャベツ にんじん たまねぎ しょうが 干しいたけ にんにく はくさい えのきたけ いら
30	月	ごはん	さばおほか煮 五目汁	牛乳 豚肉 さばおほか煮	米 さとう	だいこん ほうれんそう にんじん ねぎ キャベツ きゅうり だいこん漬
31	火	ごはん	いろどりピラフ 照り焼きチキン	牛乳 ベーコン 鶏肉 かまぼこ	米 マーガリン さとう	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 にんじん だいこん はくさい みずな

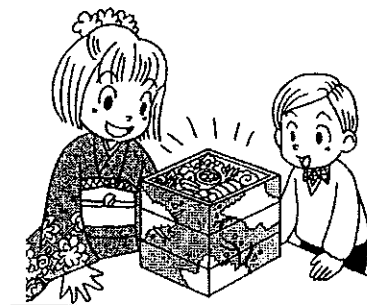
※都合により献立を変更する場合があります。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。

おせち料理を味わいましょう



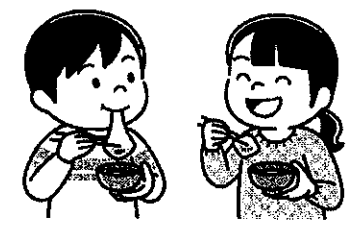
おせち料理とは、もともと節日（季節の変わり目などにお祝を行う日）に神様に供える料理のことで、「御節供」が略されたものです。現在は正月のみに出すようになり、家庭によっておせち料理はさまざまです。おせち料理には豊作や家族の健康など、いろいろな願いが込められています。



<p><b>黒豆</b> その年の邪気をはらって、まめにくませますように。</p>	<p><b>数の子</b> にしんはたくさんの卵を抱えることから、子孫繁栄や子宝に恵まれますように。</p>
<p><b>田づくり</b> 昔はかたくちいわしを作物の肥料に使っていたことから、五穀豊穡を願って。</p>	<p><b>栗きんとん</b> きんとんは「金団」と書き、金運を呼ぶ縁起物として。</p>
<p><b>えび</b> 腰が曲がるまで長生きするように。</p>	

正月に食べる雑煮

雑煮が正月の行事食として食べられるようになったのは、室町時代の頃からといわれています。それが貴族や武士だけではなく、庶民の間にも広がったのは、江戸時代の末期といわれています。



地域や家庭によって雑煮はいろいろ

雑煮は地域や家庭によってさまざまです。丸もちや角もち、焼いたもちか煮たもちか、味付けもしょうゆやみそなどがあります。ほかにもくるみだれにつけたり、あずきを使ったりします。それぞれのご家庭で食べている雑煮について話題にしてみませんか。

丸もち  
みそ仕立て

角もち  
しょうゆ仕立て

もちを食べる時の注意点



もちの粘着性が高く、窒息につながりやすい食品なので、お子さんには、ひと口量を守ってよくかむように伝えます。また、食事に集中させ、ふざけないように見守ります。

