

令和5年2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	水	ごはん ツナそぼろ丼 豚汁 牛乳 しそひじき和え ミニゼリーもも	牛乳 まぐろフレーク 豚肉 豆腐 油揚げ みそ ひじき	米 さとう さといも ゼリー	たまねぎ にんじん とうもろこし いんげん ごぼう だいこん ねぎ こまつな キャベツ もやし しその実 もも
2	木	ごはん 麻婆豆腐 わかめスープ 牛乳 甘酢和え	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 わかめ	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 しょうが にんにく しめじ はくさい とうもろこし なら だいこん かぶ きゅうり
6	月	ごはん ホイコーロー 華風スープ 牛乳 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 豚肉 みそ 鶏肉 豆乳	米 さとう かたくり粉 ゼリー	にんじん キャベツ たまねぎ 黄ピーマン ねぎ 黄桃 たけのこ にんにく しょうが だいこん えのきたけ もやし とうもろこし チンゲンサイ みかん パイン
7	火	白玉うどん あんかけうどん 牛乳 さんまみぞれ煮 磯和え いちご	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこのり さんまのみぞれ煮	白玉うどん かたくり粉 さとう	にんじん 干しいたけ はくさい ねぎ キャベツ もやし きゅうり ほうれんそう いちご
8	水	ごはん カレーライス 牛乳 ごぼう入りつくね グリーンサラダ	牛乳 豚肉 ごぼう入りつくね	米 じゃがいも 米粉カレールー ドレッシング	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
9	木	ごはん 五目ごはん 牛乳 白身魚フライ すまし汁 ミニゼリーやさい	牛乳 鶏肉 かまぼこ 豆腐 油揚げ カレイフライ	米 さとう サラダ油 揚げ油 ゼリー	たけのこ 干しいたけ にんじん いんげん えのきたけ はくさい みつば りんご オレンジ
10	金	米粉入りパン 牛乳 ハンバーグケチャップソース コーンスープ フレンチサラダ	牛乳 ハンバーグ ベーコン チキン水煮	米粉入りパン さとう 米粉ホワイトルー さとう サラダ油	たまねぎ とうもろこし パセリ ブロッコリー キャベツ みずな にんじん
13	月	ごはん 豚肉のしょうが炒め 牛乳 合わせみそ汁 土佐和え オレンジ	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ かつお節	米 かたくり粉 さとう じゃがいも	しょうが たまねぎ ピーマン たけのこ だいこん えのきたけ ねぎ はくさい もやし ほうれんそう にんじん オレンジ
14	火	ごはん いわしすだちおろし煮 牛乳 けんちん汁 新香和え	牛乳 鶏肉 豆腐 いわしすだちおろし煮 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 キャベツ きゅうり だいこん漬
15	水	黒糖パン 牛乳 鶏の照り焼き ミネストローネスープ コーンサラダ	牛乳 鶏肉 ベーコン 大豆	黒糖パン さとう じゃがいも ドレッシング	たまねぎ にんじん えだまめ トマト ブロッコリー きゅうり みずな とうもろこし
16	木	ごはん さば味噌煮 牛乳 吉野汁 きんぴらごぼう	牛乳 さばみそ煮 豆腐 豚肉 はんぺん	米 さといも かたくり粉 さとう ごま油	こんにゃく だいこん 干しいたけ えのきたけ ねぎ ごぼう にんじん いんげん
17	金	中華めん 牛乳 ちゃんぽんめん 春巻き フルーツカクテル	牛乳 豚肉 なた 豆乳 春巻き	中華めん 揚げ油 ゼリー	にんじん キャベツ メンマ とうもろこし ねぎ にんにく しょうが みかん いちご パイン 黄桃
20	月	ごはん ハヤシライス 牛乳 ポイルウインナー イタリアンサラダ ミニゼリー洋梨	牛乳 牛肉 ポークフランク	米 じゃがいも 米粉ハヤシルウ 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 ブロッコリー キャベツ きゅうり 赤ピーマン 洋梨
21	火	ごはん たら和風焼き 牛乳 白みそ汁 おひたし	牛乳 油揚げ 豆腐 白糸たら和風漬 わかめ みそ	米 じゃがいも さとう	たまねぎ えのきたけ ねぎ はくさい もやし ほうれんそう にんじん
22	水	ごはん 鶏の唐揚げ 牛乳 沢煮わん ツナ和え	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ かまぼこ まぐろフレーク	米 かたくり粉 揚げ油 さとう	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 きゅうり とうもろこし
27	月	ハニーロールパン 牛乳 焼きそば れんこんつくね ナムル	牛乳 豚肉 かまぼこ れんこん入りつくね 青のり	ハニーロールパン 焼きそばめん サラダ油 さとう ごま油	にんじん キャベツ もやし だいこん きゅうり
28	火	ごはん チキンライス 牛乳 ハムステーキ 干切野菜のスープ パインアップル	牛乳 鶏肉 豚肉 ポロニアステーキ	米 オリーブ油	赤ピーマン たまねぎ マッシュルーム パセリ トマト にんじん だいこん はくさい みずな パイン

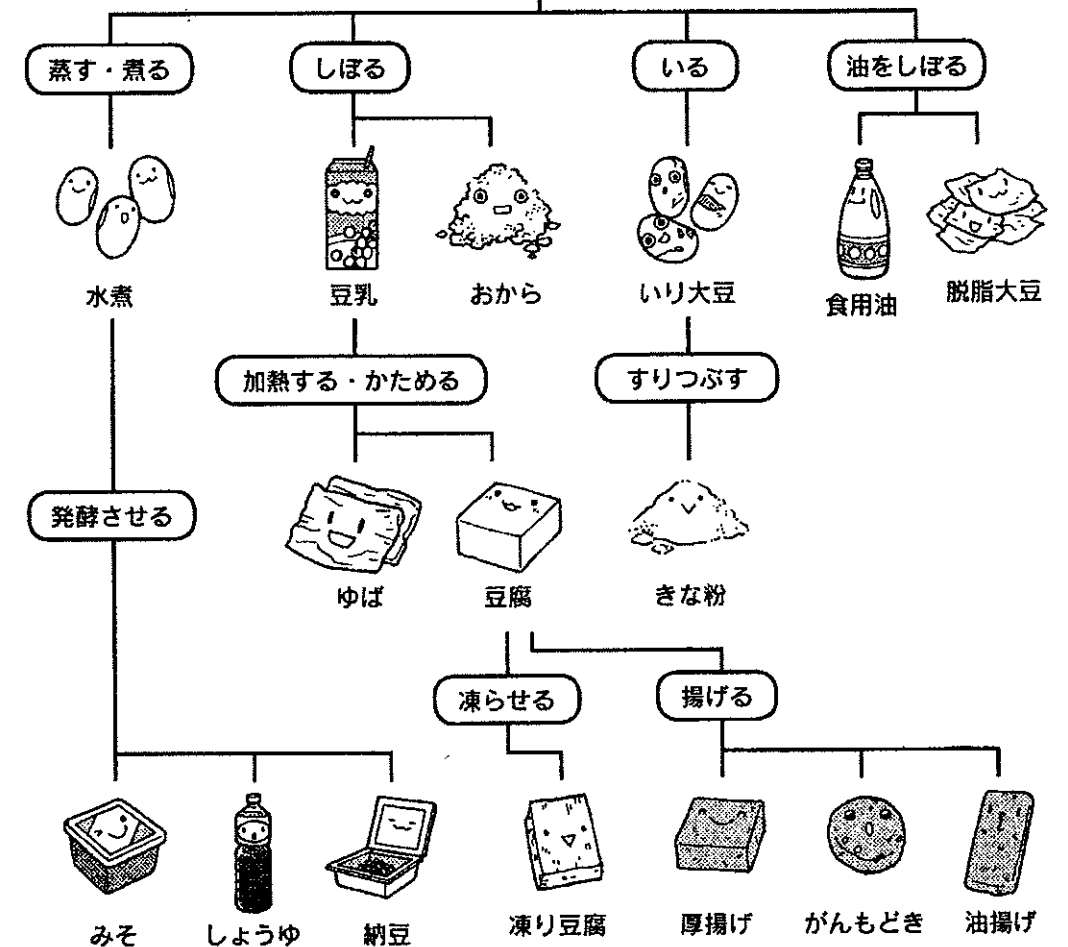
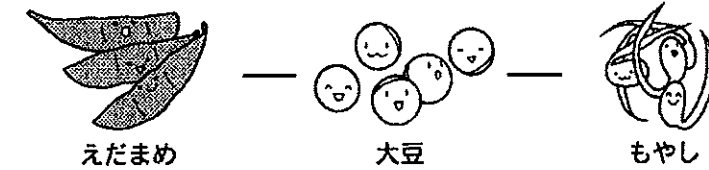
※都合により献立を変更する場合があります。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。

さまざまな食べ物に姿をかえる

大豆・大豆製品

大豆はそのまま食べる以外にも、さまざまな食べ物に加工されてきました。『畑の肉』といわれるほど栄養価の高い大豆。毎日の食卓に、大豆や大豆製品を活用してみませんか？



節分と大豆

節分とは、本来、季節のわかれ目のことで、二十四節気の立春、立夏、立秋、立冬の前日を指していました。今では、立春の前日のみが節分といわれるようになりました。病気や災いを鬼に見立てて豆まきをしたり、いり豆を年の数や、年の数にひとつ足した数だけ食べたりする風習があります。

※小さな子どもは誤嚥の恐れがありますので、噛み砕く力や飲み込む力が十分でない場合は食べさせないでください。

