

# 令和5年9月 保育園給食献立表

清須市学校給食センター

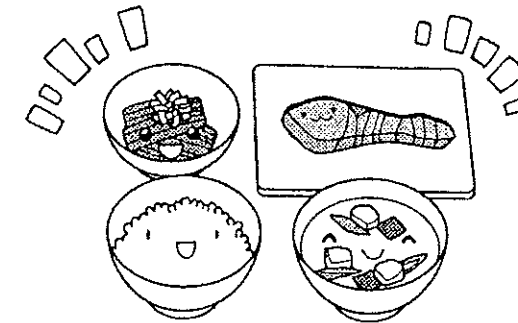
日	曜	献立名	血や肉や骨になる食品	働く力になる食品	体の調子を整える食品	乳児おやつ	全園児おやつ
1	金	ごはん ちくわ磯辺揚げ(肉団子) けんちん汁 おひたし 牛乳	牛乳 ちくわ 青のり 鶏肉 豆腐 油揚げ	米 米粉 揚げ油 さといも さとう	にんじん だいこん ごぼう ねぎ 干しいたけ はくさい もやし ほうれんそう	おかかせんべい	ミレービスケット
2	土	うどん 五目うどん 牛乳100ml ももゼリー	牛乳 鶏肉 かまぼこ	うどん ゼリー	たまねぎ にんじん ねぎ ほうれんそう 干しいたけ もも	紫芋ふわりせんべい	二色あられ おせんべいしょうゆ味
4	月	ごはん にんじんごはん 鶏の照り焼き 牛乳 すまし汁 梨(ミニゼリー洋梨)	牛乳 まぐろフレーク 油揚げ 鶏肉 かまぼこ 豆腐	米 サラダ油 さとう	にんじん えだまめ 干しいたけ えのきたけ はくさい みつば なし	ソフトな塩せん	さつまポテト
5	火	ごはん ピビンバ わかめスープ 牛乳 フルーツゼリー和え	牛乳 牛肉 鶏肉 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 たまねぎ しめじ チンゲンサイ にら いちご みかん パイン	かぼちゃポーロ	ひこうきビスケット 牛乳100ml
6	水	ごはん 鮭の塩焼き どさんこ汁 牛乳 ゆかり和え	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 もやし こまつな 赤しそ粉	パイナップル	焼きドーナツ 豆乳
7	木	ブルーベリーパン ホワイリースープ 牛乳 ツナサラダ	牛乳 味付け肉団子 鶏肉 まぐろフレーク	ブルーベリーパン じゃがいも サラダ油 米粉ホワイトルウ さとう	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	カルマフわせん 発芽玄米入	オレンジシャーベット
8	金	冷やし白玉うどん 牛乳 コロッケ(いわし梅煮) 五目煮豆	牛乳 チキン油漬 わかめ 豚肉 はんぺん 大豆	冷やし白玉うどん コロッケ 揚げ油 さとう	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	にんじんせんべい	コーンスナックソース味
9	土	うどん 牛乳100ml きつねうどん ぶどうゼリー	牛乳 豚肉 油揚げ	うどん さとう ゼリー	たまねぎ にんじん ねぎ ぶどう	ふわふわチップじゃがいも味	黒豆きなこあられ 花せんべい
11	月	ごはん 豚肉のしょうが炒め 牛乳 合わせみそ汁 青菜和え	牛乳 豚肉 油揚げ 豆腐 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 だいこん えのきたけ ねぎ キャベツ もやし きゅうり 広島菜 京菜 大根葉	野菜ハイハイ	ねじねじ りんごジュース100ml
12	火	ごはん カレーライス(ブラウンシチュー) 牛乳 つくね 和風ドレッシング和え	牛乳 豚肉 まぐろフレーク 鶏肉団子あまみだれ	米 じゃがいも 米粉カレールウ ドレッシング	にんじん たまねぎ トマト だいこん きゅうり 黄ピーマン	アンパンマンの ベビーせんべい	厚切りパームケーキ
13	水	黒糖パン 牛乳 白身魚フライ(ウインナー) ミネストローネ コーンサラダ	牛乳 大豆 ホキサクフリフライ ベーコン	黒糖パン 揚げ油 米粉マカロニ さとう サラダ油	たまねぎ にんじん えだまめ トマト ブロッコリー キャベツ とうもろこし	かぼちゃせんべい	豆乳アイス
14	木	ごはん 鶏そぼろ丼 牛乳 とうがん汁 新香和え 冷凍白桃	牛乳 鶏肉 ノンフライつくね かまぼこ	米 さとう かたくり粉	たまねぎ にんじん とうもろこし いんげん しょうが とうがん ねぎ 干しいたけ キャベツ きゅうり だいこん漬 白桃	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	ミニクリームパン
15	金	中華めん 牛乳 しょうゆラーメン しゅうまい ナムル	牛乳 焼豚 ポークしゅうまい	中華めん さとう ごま油	にんじん メンマ とうもろこし キャベツ ねぎ チンゲンサイ もやし だいこん きゅうり	オレンジ	きなこおかき
16	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	ポテトとほうれん草の おせんべい	はっぴーラムネ ミニのりすけ
19	火	ごはん 麻婆豆腐 牛乳 春雨スープ 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 豚肉 豆腐 みそ かまぼこ 豆乳	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 しょうが にんにく はくさい たまねぎ にら とうもろこし みかん パイン 黄桃	がんばれ野菜家族	アンパンマンのソフトせんべい ヤクルト85ml
20	水	ごはん とんかつ(肉団子照煮) 牛乳 たぬき汁 土佐和え	牛乳 豆腐 ポークレカツ 油揚げ かつお節	米 揚げ油 さとう	しらたき だいこん ねぎ しょうが はくさい もやし ほうれんそう にんじん	ふんわりソフトせん	ガリガリ君 ぶどう味
21	木	ごはん 赤魚の塩麹焼き 牛乳 かぼちゃのみそ汁 しそひじき和え オレンジ	牛乳 赤魚塩麹漬 豆腐 油揚げ みそ ひじき	米	かぼちゃ だいこん ねぎ キャベツ もやし こまつな しその実 オレンジ	ハイハイ	ロールケーキ いちご
22	金	ソフトめん 牛乳 ミートソース オムレツ イタリアンサラダ	牛乳 豚肉 ブレンオムレツ	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 にんにく トマト ブロッコリー キャベツ 赤ピーマン とうもろこし	ブルーチェ もも 牛乳	おはぎ きなこ
25	月	ごはん ツナそぼろ丼 牛乳 沢煮わん 甘酢和え	牛乳 まぐろフレーク 豚肉 油揚げ チキン水煮	米 さとう かたくり粉 はるさめ ゼリー	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 はくさい もやし きゅうり	アンパンマンのおこめボール	たべっこBABY
26	火	ごはん チャーハン 牛乳 鶏肉の唐揚げ(若鶏の照り焼き) 中華五目スープ パイナップル	牛乳 焼豚 鶏肉 かまぼこ	米 サラダ油 かたくり粉 揚げ油	にんじん 干しいたけ ねぎ だいこん にんにく しょうが たまねぎ もやし とうもろこし チンゲンサイ パイン	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	豆乳プリン
27	水	ごはん ハヤシルライス 牛乳 ポイルウインナー フレンチサラダ	牛乳 牛肉 ポークスキんレスフランク	米 じゃがいも 米粉ハヤシルウ サラダ油 さとう	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 黄ピーマン とうもろこし	バナナ	Ca&鉄入り おこめリング甘口しょうゆ味 赤ぶどうジュース100ml
28	木	ごはん さばおかか煮 牛乳 白みそ汁 きんぴらごぼう	牛乳 さばおかか煮 豆腐 油揚げ わかめ みそ 豚肉 はんぺん	米 さとう ごま油	たまねぎ だいこん えのきたけ ねぎ ごぼう にんじん いんげん	まんまるソフトせんべい	いちごミルクデニッシュ
29	金	ごはん お楽しみハンバーグ 牛乳 野菜スープ グリーンサラダ	牛乳 うさぎ型ハンバーグ ベーコン	米 さとう じゃがいも ドレッシング	にんじん キャベツ みずな えだまめ ブロッコリー はくさい きゅうり	むらさきいものおせんべい	ももゼリー
30	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	野菜入りそふとせん	きなこせんべい ミニハート

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。

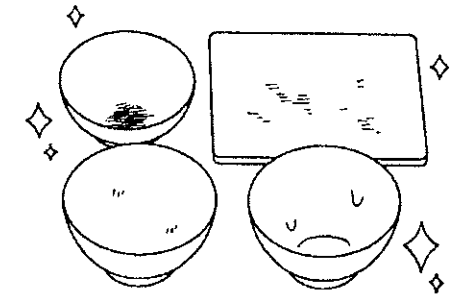
毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。

## 食事のあいさつをしていますか？

### いただきます



### ごちそうさま

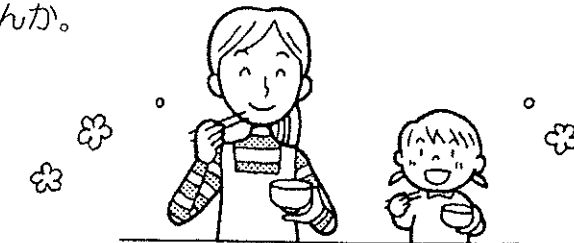


私たちは生き物の命をいただいて、自分の命を養っています。「いただきます」は食事の前にすべての命に感謝を込めてするあいさつです。食べ物を大切にすることは、命を大切にすることにつながります。

「ごちそうさま」は漢字では「御馳走様」と書きます。「食事をつくるために、食材を育てたり、料理をしたり、かけ回っていただきありがとうございます」という人々への感謝が込められている言葉です。

### おとなが手本に

子どもたちに食事マナーを教える時は、すぐにできなくても、焦らずに見守りましょう。また周りのおとなが手本となって示すことが大切です。そのためにも、普段の食事マナーを子どもたちといっしょに、ふり返ってみませんか。



### お月見を楽しみましょう

お月見とは、月の満ち欠けが農作業の大きな指標になっていたことから、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。平安時代に「中秋の名月」を祝う習慣として一般的になりました。月の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキをお供えします。今年の十五夜は9月29日、十三夜は10月27日です。

