

令和5年9月 幼稚園給食献立表

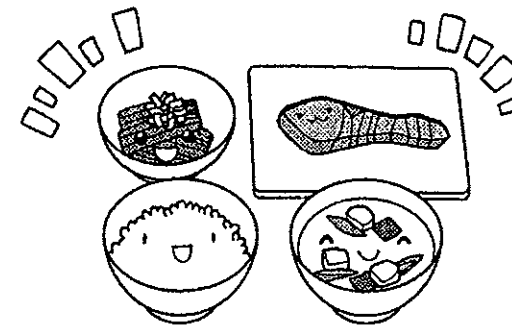
清須市学校給食センター

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
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	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
5	火	ごはん ピピンパ 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 なら いちご みかん パイン
6	水	ごはん 鮭の塩焼き 牛乳 どさんこ汁 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
7	木	ブルーベリーパン 牛乳 ミートボール ホワイトスープ 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
8	金	冷やし白玉うどん 牛乳 冷やしうどん コロツケ 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 コロツケ 揚げ油 さとう	キャベツ きゅうり もやし とうもろこし こんにやく たけのこ にんじん いんげん
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 ビーマン 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
12	火	ごはん カレーライス 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
13	水	黒糖パン 牛乳 白身魚フライ 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
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
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
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 なら とうもろこし みかん パイン 黄桃
20	水	ごはん とんカツ 牛乳 たぬき汁 土佐和え	牛乳 豆腐 ポークヒレカツ 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
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
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 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 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
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	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
26	火	ごはん チャーハン 牛乳 鶏肉の唐揚げ 中華五目スープ パインアップル	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
27	水	ごはん ハヤシライス 牛乳 ポイルウインナー フレンチサラダ	牛乳 牛肉 ポークスキンスフランク	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
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
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

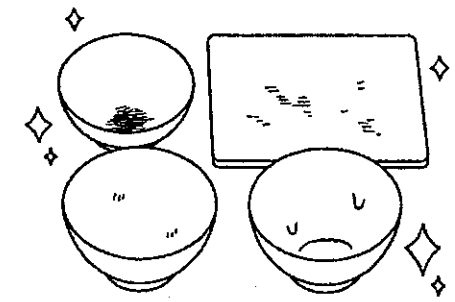
都合により献立を変更する場合があります。毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。

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

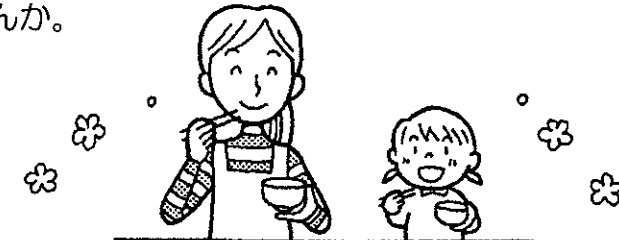


私たちは生き物の命をいただいて、自分の命を養っています。「いただきます」は食事の前にすべての命に感謝を込めてするあいさつです。食べ物を大切にすることは、命を大切にすることにつながります。

「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。

