

令和6年1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
4	木	ごはん おかかふりかけ 牛乳200ml ひじき炒り煮 竹輪煮付 蓮根炒め物 ブロッコリー香りとえ 味噌かつ ゼリー (鶏肉団子あまみだれ みそ汁パック ミニゼリー)	牛乳 おかかふりかけ ひじき 揚げ油 ちくわ ローストカツ みそ	米 さとう 油 揚げ油 ゼリー	とうもろこし ブロッコリー 青しそ粉 れんこん ピーマン りんご	おこさませんべい	二色あられ
5	金	ごはん のりふりかけ 牛乳 金平牛蒡 高野豆腐煮付 大学芋 小松菜煮浸し 鶏揚げ煮 みかん缶 (いわしオレンジ煮 みそ汁パック ミニゼリー)	牛乳 のりふりかけ 高野豆腐 鶏肉	米 さとう 揚げ油 さつまいも かたくり粉	ごぼう にんじん こまつな 干しいたけ みかん	かぼちゃポーロ	Ca&鉄入り おこめリング甘口しょうゆ味 りんごジュース100ml
6	土	うどん 牛乳200ml 五目うどん ももゼリー	牛乳 鶏肉 わかめ	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	にんじんせんべい	はっぴーラムネ ソースせん
9	火	ごはん ゆかり 牛乳 キャベツ和風ドレッシング和え サーモンフライ スパゲティマトソース ウインナー 黄桃缶 (肉団子の照り煮 ほうとう汁 ミニゼリー)	牛乳 サーモンフライ ポークウインナー	米 揚げ油 ドレッシング スパゲティ	赤しそ粉 キャベツ にんじん たまねぎ トマト パセリ 黄桃	ふわふわチップじゃがいも味	お米de豆乳プリンタルト
10	水	ごはん 牛乳 ハンバーグマトソースかけ コーンスープ グリーンサラダ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	米 ドレッシング 米粉ホワイトルウ	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ ブロッコリー きゅうり キャベツ	りんご	鬼まんじゅう
11	木	ごはん 牛乳 かきまわし さばのみそ煮 豆腐すまし汁 オレンジ	牛乳 鶏肉 油揚げ さばのみそ煮 かまぼこ 豆腐	米 さとう サラダ油	にんじん ごぼう 干しいたけ こんにゃく いんげん だいこん えのきたけ みつば オレンジ	ポテトとほうれん草の おせんべい	いちごミルクデニッシュ
12	金	黒糖パン 牛乳 メンチカツ(若鶏照り焼き) キャロットスープ イタリアンサラダ	牛乳 ベーコン キャベツ入りメンチカツ	黒糖パン 揚げ油 米粉ホワイトルウ ドレッシング	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ キャベツ きゅうり 赤ピーマン とうもろこし	ハイハイ	とうもろこしあられ ヤクルト85ml
13	土	うどん 牛乳100ml きつねうどん りんごゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ	うどん さとう ゼリー	たまねぎ にんじん ねぎ りんご	むらさきのおせんべい	きなこせんべい ミニのりすけ
15	月	ごはん 牛乳 ごぼう入りつくね 沢煮わん 青菜和え	牛乳 ごぼう入りつくね 豚肉 油揚げ かまぼこ	米	だいこん にんじん たけのこ 干しいたけ みつば こまつな キャベツ きゅうり 広島菜 京菜 大根葉	カルシウム入りベビースティック	米粉カップケーキいちご
16	火	白玉うどん 牛乳 おぼろみそめん 和風コロッケ(和風炒り豆腐包み焼き) おかか和え りんご	牛乳 豚肉 かまぼこ みそ かつお節	白玉うどん 揚げ油 和風コロッケ さとう かたくり粉	にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ しょうが キャベツ ほうれんそう もやし りんご	かぼちゃせんべい	きなこおかし
17	水	ごはん 牛乳 すき焼き風煮 だんご汁 かぶの甘酢和え	牛乳 牛肉 焼き豆腐 かまぼこ 肉団子 油揚げ こんぶ	米 さとう さといも	しらたき にんじん たまねぎ はくさい ねぎ だいこん みつば 干しいたけ かぶ キャベツ きゅうり	オレンジ	ミレービスケット 牛乳100ml
18	木	ごはん 牛乳 カレーライス(ブラウンシチュー) ハムステーキ フレンチサラダ	牛乳 豚肉 ポロニアステーキ	米 じゃがいも 米粉カレールウ サラダ油 さとう	にんじん たまねぎ トマト ブロッコリー キャベツ きゅうり 黄ピーマン	ふわふわソフトせん	厚切りバウムクーヘン
19	金	ごはん 牛乳 関東煮 さんまみぞれ煮 浅漬け	牛乳 豚肉 はんぺん 厚揚げ さんまみぞれ煮 塩こんぶ	米 さとう さといも	にんじん だいこん こんにゃく はくさい きゅうり みずな	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	いろいろ 白
20	土	うどん 牛乳100ml わかめうどん 野菜ゼリー	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 みかん	カルマフわせん 発芽玄米入り	きなこ棒 花せんべい
22	月	中華めん 牛乳 みそラーメン 肉団子 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 焼豚 かまぼこ 味付け肉団子 みそ 豆乳	中華めん ゼリー	にんじん テンゲンサイ もやし とうもろこし ねぎ みかん パイン 黄桃	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	ねじねじ
23	火	ごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き 五目汁 しそひじき和え	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ かまぼこ ひじき	米 さとう	だいこん はくさい ねぎ 干しいたけ こまつな キャベツ もやし しその実	アンパンマンのベビーせんべい	フレンチクレープ ブルーベリー
24	水	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 華風スープ ナムル	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 かまぼこ	米 さとう ごま油 かたくり粉	ねぎ たけのこ にんじん にんにく しょうが たまねぎ テンゲンサイ はくさい とうもろこし もやし だいこん きゅうり	フルーチェ いちご 牛乳	たべっ子BABY オレンジジュース100ml
25	木	ごはん 牛乳 白身魚甘酢あんかけ(いわし梅煮) 吉野汁 お浸し	牛乳 カレイ 鶏肉 豆腐	米 揚げ油 さとう かたくり粉 さといも	たまねぎ にんじん だいこん ねぎ 干しいたけ はくさい もやし ほうれんそう	野菜ハイハイ	シュークリーム
26	金	ごはん 牛乳 ハヤシライス オムレツ コーンサラダ みかん	牛乳 豚肉 プレーンオムレツ	米 じゃがいも 米粉ハヤシルウ ドレッシング	にんじん たまねぎ グリンピース トマト とうもろこし キャベツ きゅうり みかん	紫芋ふわわりせんべい	黒豆きなこあられ
27	土	うどん 牛乳100ml みそうどん ぶどうゼリー	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 ぶどう	おかかせんべい	あまからせん おこめパフ缶
29	月	ドッグパン 牛乳 ツナサンド ホワイトスープ フルーツ和え	牛乳 まぐろフレーク 鶏肉	ドッグパン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 米粉ホワイトルウ ゼリー	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ パセリ マッシュルーム いちご ブルーベリー レモン みかん パイン 黄桃	がんばれ野菜家族	カリポテミニ
30	火	ごはん 牛乳 赤魚みそゆであん焼き けんちん汁 ごま和え	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ 赤魚味噌煮浸し	米 さといも さとう ごま	にんじん だいこん ごぼう ねぎ はくさい もやし こまつな	バナナ	さつまポテト
31	水	ごはん 牛乳 五目ピラフ 唐揚げ(鶏肉団子ケチャップソース) ジュリエンスープ オレンジ	牛乳 ベーコン 鶏肉 かまぼこ	米 揚げ油 かたくり粉 米粉マカロニ マーガリン	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 にんにく しょうが にんじん だいこん はくさい みずな オレンジ	ふわふわチップにんじん味	りんごゼリー


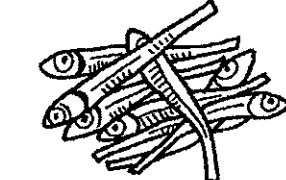
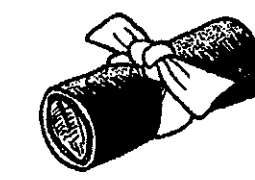

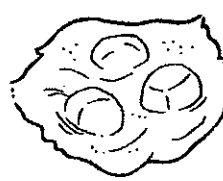

献立名の( )内は0・1歳児の別献立です。

※都合により献立を変更する場合があります。

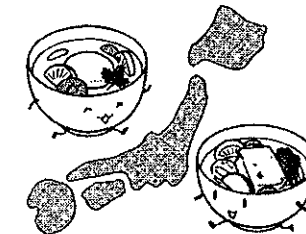
毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。

おせち料理について

正月の行事食といえば、おせち料理ですが、もともとは五節句(正月7日、3月3日、5月5日、7月7日、9月9日)に神様に供えてからいただく「御節供」が変化したものです。今では、正月料理のことだけをさすようになりました。また、おせち料理には、家族の健康や幸せを願う意味が込められています。

<p><b>黒豆</b></p>  <p>邪気をはらい、まめに暮らせますように。</p>	<p><b>田作り</b></p>  <p>豊作をもたらしますように。</p>	<p><b>こぶ巻き</b></p>  <p>「よろこぶ」という言葉にかけて。</p>
<p><b>かすのこ</b></p>  <p>子宝に恵まれますように。</p>	<p><b>きんとん</b></p>  <p>金運がよくなりますように。</p>	<p><b>えび</b></p>  <p>腰が曲がるまで長生きできますように。</p>

さまざまな雑煮



雑煮は、正月三が日の祝いの食べ物です。具材や味つけは各地さまざまで、一般的に、東日本は角もち、西日本は丸もちが多く、すまし汁とみそ仕立てがあります。そのほか、あずき入りのもちが入った雑煮や、もちを入れない雑煮、雑煮を食べない地域もあります。

子どもたちに伝えたい 七草がゆ

1月7日は、無病息災を祈って、七草がゆを食べる風習があります。春の七草とは、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろのことです。正月に食べ過ぎた胃を休めるためにも七草がゆをつくって食べてみませんか。

