

令和6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	水	ごはん ハンバーグトマトソースかけ コーンスープ 牛乳 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
11	木	ごはん かきまわし さばのみそ煮 牛乳 豆腐すまし汁 オレンジ	牛乳 鶏肉 油揚げ さばの味噌煮 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
12	金	黒糖パン メンチカツ キャロットスープ 牛乳 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
15	月	ごはん ごぼう入りつくね 沢煮わん 牛乳 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
16	火	白玉うどん おぼろみそめん 和風コロッケ 牛乳 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 かつくり粉	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
17	水	ごはん すき焼き風煮 だんご汁 牛乳 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
18	木	ごはん カレーライス ハムステーキ 牛乳 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
19	金	ごはん 関東煮 さんまみぞれ煮 牛乳 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
22	月	中華めん みそラーメン 肉団子 牛乳 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 チンゲンサイ もやし とうもろこし ねぎ みかん バイン 黄桃
23	火	ごはん 鶏肉の照り焼き 五目汁 牛乳 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
25	木	ごはん 白身魚甘酢あんかけ 吉野汁 牛乳 お浸し	牛乳 カレイ 鶏肉 豆腐	米 揚げ油 さとう かつくり粉 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
26	金	ごはん ハヤシライス オムレツ 牛乳 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
29	月	ドッグパン ツナサンド ホワイトスープ 牛乳 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 バイン 黄桃
30	火	ごはん 赤魚みそゆうあん焼き けんちん汁 牛乳 ごま和え	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ 赤魚味噌庵漬け	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
31	水	ごはん 五目ピラフ 唐揚げ 牛乳 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 かつくり粉 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

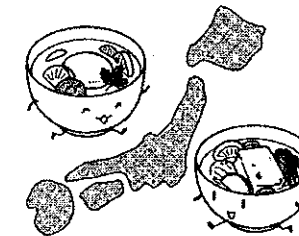
※都合により献立を変更する場合があります。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。

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>黒豆</p> <p>邪気をはらい、まめに暮らせますように。</p>	<p>田作り</p> <p>豊作をもたらしますように。</p>	<p>こぶ巻き</p> <p>「よろこぶ」という言葉にかけて。</p>
<p>かずのこ</p> <p>子宝に恵まれますように。</p>	<p>きんとん</p> <p>金運がよくなりますように。</p>	<p>えび</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。

