

令和6年2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	木	ごはん 豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 おかか和え 牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ かつお節 じゃがいも	米 さとう かたくり粉 みそ	しょうが たまねぎ いんげん たけのこ だいこん ねぎ キャベツ もやし こまつな にんじん	野菜入りそふとせん	ミニのりすけ 白ぶどう&ほうれん草ジュース 125ml
2	金	ごはん いわし梅煮 五目汁 新香和え 牛乳	牛乳 いわし梅煮 鶏肉 豆腐 油揚げ かまぼこ	米	はくさい しめじ ねぎ キャベツ きゅうり だいこん漬け	かぼちゃポーロ	米粉のカップケーキ メール 125ml
3	土	うどん ほうとううどん みかんゼリー 牛乳100ml	牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ みそ	うどん ゼリー	はくさい にんじん ねぎ かぼちゃ しいたけ みかん	おこさませんべい	きなこせんべい 二色あられ
5	月	ごはん れんこん入りつくね 豚汁 磯和え 牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 れんこん入りつくね 油揚げ みそ のり	米 さといても さとう	こんにやく だいこん ごぼう ねぎ もやし はくさい ほうれんそう にんじん	ポテトほうれん草の おせんべい	Ca&鉄入り おこめリング甘ロしょうゆ味
6	火	ごはん 中華飯 しゅうまい わかめスープ 牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ ポークしゅうまい 鶏肉 わかめ	米 ごま油 かたくり粉	たけのこ キャベツ にんじん たまねぎ 干しいたけ しょうが にんにく だいこん えのきたけ たら とうもろこし	オレンジ	ういろ白
7	水	ソフトめん ポテトソース フルーツポンチ 牛乳	牛乳 豚肉 ウインナー	ソフトめん さとう 米粉ハヤシルウ ゼリー じゃがいも マーガリン	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ トマト にんにく ブロッコリー とうもろこし いちご レモン ブルーベリー みかん バイロ 黄桃 パナナ	ソフトな小魚せん	ミレービスケット アシドミルク65ml
8	木	ごはん ホキフライ(いわしオレンジ煮) 青野汁 ゆかり和え 牛乳	牛乳 鶏肉 豆腐 ホキサクフライ	米 揚げ油 さととも かたくり粉	こんにやく にんじん 干しいたけ だいこん こまつな はくさい きゅうり もやし 赤しそ粉	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
9	金	ごはん カレーライス(クリームシチュー) ポイルウインナー グリーンサラダ りんご 牛乳	牛乳 豚肉 ポークスキムレスフランク	米 じゃがいも 米粉カレーウ 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 りんご	にんじんせんべい	豆乳ムース
10	土	うどん 五目うどん ももゼリー 牛乳100ml	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	ハイハイ	ザラメせんべい 星たべよ しお味
13	火	さつまいもパン 照り焼きチキン パンブキンスープ フレンチサラダ 牛乳	牛乳 ベーコン 照り焼きチキン まぐろフレーク	さつまいもパン 米粉ホワイトウ サラダ油 さとう	かぼちゃ たまねぎ パセリ マッシュルーム キャベツ きゅうり とうもろこし	おかかせんべい	フレンズクレープ いちご
14	水	ごはん メバルひとがすみ焼き 呉汁 青菜和え 牛乳	牛乳 大豆 油揚げ メバルひとがすみ漬け 豆腐 みそ	米	ごぼう だいこん えのきたけ ねぎ はくさい もやし ほうれんそう 広島菜 京菜 大根菜	まんまるソフトせんべい	ミニハート オレンジジュース125ml
15	木	ごはん 五目ごはん 豆腐の包み焼き すまし汁 ミニゼリー洋梨 牛乳	牛乳 鶏肉 かまぼこ 和風炒り豆腐包み焼き	米 さとう サラダ油 ゼリー	ごぼう たけのこ 干しいたけ にんじん いんげん はくさい だいこん えのきたけ みつば 洋梨	フルーチェ ピーチ 牛乳	ひこうきビスケット
16	金	ごはん 春巻き(鶏肉団子あまみだれ) 春雨スープ 中華和え 牛乳	牛乳 春巻き 鶏肉 ハム	米 揚げ油 はるさめ さとう ごま油	はくさい たまねぎ たら とうもろこし チンゲンサイ きゅうり もやし	カルマグふわせん 発芽玄米入り	ミニマドレーヌ
17	土	うどん きつねうどん りんごゼリー 牛乳100ml	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	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	きなこおかし うす焼きサラダせんべい
19	月	米粉入りパン 焼きそば ハムステーキ 豆乳杏仁フルーツ 牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ 青のり 豆乳 ポロニアステーキ	米粉入りパン 焼きそばめん サラダ油 ゼリー	にんじん キャベツ みかん バイロ 黄桃	むらさきいものおせんべい	やさしいコンツメリング
20	火	ごはん さばおかか煮 けんちん汁 しそひじき和え 牛乳	牛乳 鶏肉 豆腐 さばおかか煮 油揚げ ひじき	米 さといても	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こまつな キャベツ もやし しその実	アンパンマンのペーせんべい	お米deブルーベリータルト
21	水	ごはん 麻婆豆腐 華風スープ ナムル 牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉	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 にんにく しょうが たまねぎ はくさい チンゲンサイ とうもろこし もやし だいこん きゅうり	りんご	たべっ子BABY 牛乳100ml
22	木	ごはん メンチカツ(鶏そぼろ) 白みそ汁 ツナ和え みかん 牛乳	牛乳 豆腐 油揚げ キャベツ入りメンチカツ わかめ みそ まぐろフレーク	米 揚げ油 さとう	だいこん えのきたけ ねぎ キャベツ ほうれんそう にんじん みかん	かぼちゃせんべい	さつまポテト
24	土	うどん わかめうどん ぶどうゼリー 牛乳100ml	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 ぶどう	ふんわりソフトせん	花せんべい こんぶあられ
26	月	ごはん ケチャップライス オムレツ 牛乳 野菜スープ オレンジ	牛乳 鶏肉 プレーンオムレツ	米 オリーブ油 じゃがいも 米粉マカロニ	赤ピーマン たまねぎ マッシュルーム トマト グリーンピース にんじん はくさい みずな オレンジ	サクッとあられ	アンパンマンのしょうゆせんべい りんごジュース100ml
27	火	中華めん しょうゆラーメン 鶏肉の唐揚げ(若鶏の照り焼き) フルーツゼリー和え 牛乳	牛乳 豚肉 鶏肉	中華めん かたくり粉 揚げ油 ゼリー	にんじん メンマ とうもろこし キャベツ もやし ねぎ にんにく しょうが いちご みかん パイロ 黄桃	ふわふわチップじゃがいも味	おはぎ きなこ
28	水	ごはん さんまみぞれ煮 みそおでん お浸し 牛乳	牛乳 豚肉 みそ さんまみぞれ煮 はんぺん 厚揚げ	米 さといても さとう	にんじん だいこん こんにやく はくさい もやし ほうれんそう	バナナ	ワッフル
29	木	ごはん ハンバーグデミグラスソース コーンスープ イタリアンサラダ 牛乳	牛乳 ハンバーグ ベーコン	米 ドレッシング 米粉ホワイトウ	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ ブロッコリー キャベツ きゅうり 赤ピーマン	野菜ハイハイ	ももゼリー

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。

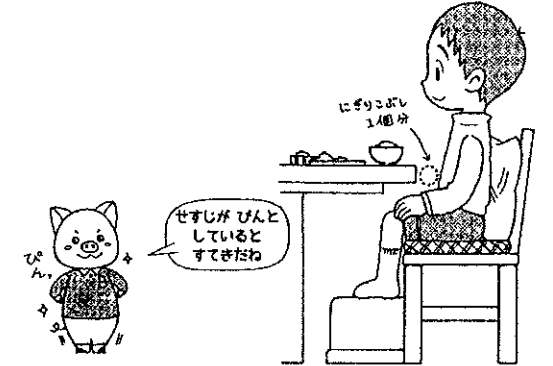
楽しく食べるために

～食べやすい環境をととのえましょう～

食事時、落ち着かないのは、食べにくさに原因があるかもしれません。食卓が食事に集中できる環境にあるか一度見直してみましょう。

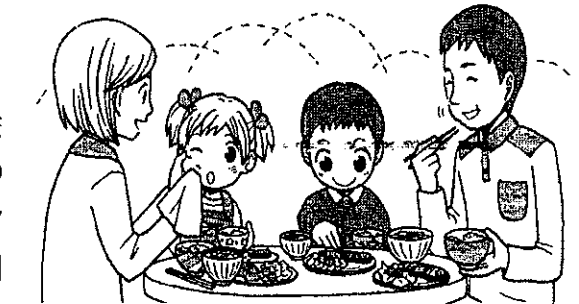
◎姿勢◎

テーブルやいすが子供の体にあっていますか。いすの奥まで腰掛け(届かない場合は背中に座布団やクッションを置く)、いすが高い場合は、踏み台を置くなどして足がぶらぶらしないようにすると食べやすいです。



◎環境◎

食事の時はテレビを消して、近くに出ているおもちゃを片付けましょう。そして、できるだけ誰かと一緒に食事をしましょう。食事の時間や場所を共有することで会話が生まれ、食事をおいしく、楽しく味わうことができます。また、はしおきやランチョンマットを使って、楽しい食事の雰囲気づくりをしてもいいですね。



2月3日は節分



節分は季節のかわり目

節分はもともと季節がかわる節目を指し、立春・立夏・立秋・立冬の、それぞれの前の日のことでした。今では、立春の前の日だけを節分と呼ぶようになりました。

どうして豆をまくの?

豆まきは、病や災いを鬼に見立てて、魔よけの力があるといわれる豆をまいて追いはらう行事です。一般的にはいった大豆をまきますが、殻つきのらっかせいをまく地域もあります。

