

令和6年2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
2 金	ごはん いわし梅煮 五目汁 牛乳 新香和え	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
5 月	ごはん れんこん入りつくね 豚汁 牛乳 磯和え	牛乳 豚肉 豆腐 れんこん入りつくね 油揚げ みそ のり	米 さといも さとう	こんにゃく 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
6 火	ごはん 中華飯 しゅうまい 牛乳 わかめスープ	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
7 水	ソフトめん ミートソース 牛乳 ポテトソテー フルーツポンチ	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 バイン 黄桃 パナナ
8 木	ごはん ホキフライ 牛乳 吉野汁 ゆかり和え	牛乳 鶏肉 豆腐 ホキサクフリフライ	米 揚げ油 さといも かたくり粉	こんにゃく 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
9 金	ごはん カレーライス 牛乳 ポイルウインナー グリーンサラダ りんご	牛乳 豚肉 ポークスキネスフラング	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
13 火	さつまいもパン 牛乳 照り焼きチキン パンパキンスープ フレンチサラダ	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 米粉ホワイトルウ 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
14 水	ごはん メバルひとがすみ焼き 牛乳 呉汁 青菜和え	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 大根葉
15 木	ごはん 五目ごはん 牛乳 豆腐の包み焼き すまし汁 ミニゼリー洋梨	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
16 金	ごはん 春巻き 牛乳 春雨スープ 中華和え	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
19 月	米粉入りパン 牛乳 焼きそば ハムステーキ 豆乳杏仁フルーツ	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 バイン 黄桃
20 火	ごはん さばおかか煮 牛乳 けんちん汁 しそひじき和え	牛乳 鶏肉 豆腐 さばおかか煮 油揚げ ひじき	米 さといも	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
21 水	ごはん 麻婆豆腐 牛乳 華風スープ ナムル	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
26 月	ごはん ケチャップライス 牛乳 オムレツ 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
27 火	中華めん しょうゆラーメン 牛乳 鶏肉の唐揚げ フルーツゼリー和え	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 バイン 黄桃
28 水	ごはん さんまみぞれ煮 牛乳 みそおでん お浸し	牛乳 豚肉 みそ さんまみぞれ煮 はんぺん 厚揚げ	米 さといも さとう	にんじん だいこん こんにゃく はくさい もやし ほうれんそう
29 木	ごはん ハンバーグデミグラスソース 牛乳 コーンスープ イタリアンサラダ	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 キャベツ きゅうり 赤ピーマン

※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。

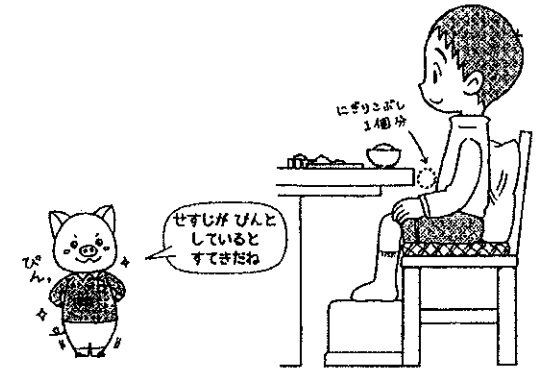
楽しく食べるために

～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。

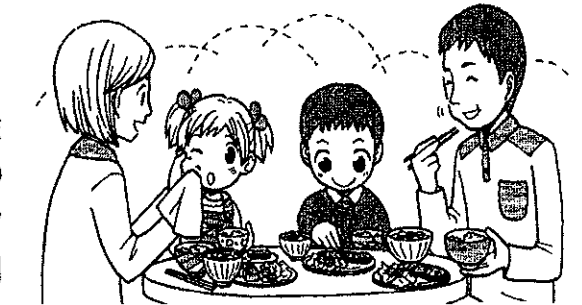
◎姿勢◎

テーブルやイス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。

