

令和6年9月 保育園給食献立表

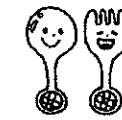
清須市学校給食センター

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
2	月	ごはん 豚肉のしょうが炒め かぼちゃのみそ汁 新香和え 牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	米 さとう かたくり粉	しょうが たまねぎ いんげん たけのこ かぼちゃ だいこん ねぎ キャベツ きゅうり だいこん漬け	ソフトな小魚せん	やさしいコンソメリング
3	火	ごはん 和風炒り豆腐包み焼き けんちん汁 牛乳	牛乳 鶏肉 油揚げ 和風炒り豆腐包み焼き のり	米 さといも さとう	にんじん だいこん ごぼう ねぎ もやし はくさい ほうれんそう	オレンジ	たべっ子BABY ヤクルト85ml
4	水	冷やし中華めん 冷やし中華(めんつゆ) 鶏肉の唐揚げ(鶏肉団子あまみだれ) ゆでとうもろこし 牛乳	牛乳 ハム 鶏肉	冷やし中華めん かたくり粉 揚げ油	にんじん きゅうり キャベツ もやし にんにく しょうが とうもろこし	ポテトとほうれん草の おせんべい	豆乳プリン
5	木	ごはん ツナそぼろ丼 五目汁 ゆかり和え 梨(ミニゼリー洋梨) 牛乳	牛乳 まぐろフレーク 鶏肉 豆腐 油揚げ かまぼこ	米 さとう	たまねぎ にんじん とうもろこし だいこん しめじ ねぎ はくさい もやし こまつな 赤しそ粉 なし	野菜入りそふとせん	バウムクーヘン
6	金	ごはん ハヤシライス ハムステーキ グリーンサラダ 牛乳	牛乳 豚肉 ポロニアステーキ	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 マッシュルーム トマト グリーンピース ブロッコリー きゅうり キャベツ	カルマダふわせん 発芽玄米入り	オレンジシャーベット
7	土	うどん わかめうどん 牛乳	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	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	きなこせんべい 二色あられ
9	月	ごはん いわし梅煮 とうがん汁 青菜和え 牛乳	牛乳 いわし梅煮 鶏肉 豆腐 油揚げ かまぼこ	米 かたくり粉	とうがん ねぎ 干しいたけ はくさい もやし こまつな にんじん 広島菜 京菜 大根菜	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	ひこうきビスケット
10	火	米粉入りパン 焼きそば ポイルウインナー フルーツゼリー和え 牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ 青のり ポークスキャンズフランク	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 いちご みかん バイン 黄桃	かぼちゃポーロ	アンパンマンのソフトせんべい りんごジュース100ml
11	水	ごはん コロケ(じゃがいもそぼろ煮) 豚肉と根菜のみそ汁 ツナ和え 牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ まぐろフレーク	米 野菜コロケ 揚げ油 さとう	だいこん にんじん ごぼう ねぎ キャベツ きゅうり	ハイハイン	お米deメープルマフィン
12	木	ごはん チャーハン しゅうまい わかめスープ オレンジ 牛乳	牛乳 焼豚 ポークしゅうまい 豆腐 わかめ	米 サラダ油	にんじん たけのこ 干しいたけ ねぎ はくさい えのきたけ にら とうもろこし オレンジ	ヨーグルト いちごソース	きなこおかし
13	金	ごはん カレーライス(ブラウンシュウ) ミートボール コーンサラダ 牛乳	牛乳 豚肉 味付け肉団子	米 じゃがいも 米粉カレーウ サラダ油 さとう	にんじん たまねぎ トマト とうもろこし キャベツ きゅうり みずな	むらさきいものおせんべい	パニラアイスクリーム
14	土	うどん ほうとううどん みかんゼリー 牛乳	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 ししいたけ みかん	カルシウム入りベビースティック	ザラメせんべい 星たべよ しお味
17	火	ごはん さばおかつ煮 のっぺい汁 しそひじき和え お月見デザート 牛乳	牛乳 さばおかつ煮 鶏肉 豆腐 ひじき	米 さといも かたくり粉 ゼリー	だいこん にんじん ねぎ こまつな キャベツ もやし しその実 みかん レモン	にんじんせんべい	ミレービスケット 牛乳100ml
18	水	ソフトめん ミートソース オムレツ 牛乳	牛乳 豚肉 プレーンオムレツ	ソフトめん じゃがいも 米粉ハヤシルウ さとう ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム バセリ にんにく トマト きゅうり キャベツ とうもろこし	バナナ	Ca&鉄入り おこめリング甘口しょうゆ味
19	木	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	ふわふわチップじゃがいも味	おはぎ きなこ
20	金	ごはん にんじんごはん ホキフライ(いわしオレンジ煮) 白みそ汁 牛乳	牛乳 鶏肉 わかめ ホキサクフリフライ 豆腐 油揚げ みそ	米 さとう サラダ油 揚げ油 じゃがいも	にんじん たけのこ いんげん 干しいたけ たまねぎ ねぎ	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	米粉カップケーキ いちご
21	土	うどん きつねうどん ぶどうゼリー 牛乳	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 ぶどう	まんまるソフトせんべい	ミニのりすけ サラダおかき
24	火	食パン 照り焼きチキン コーンスープ 牛乳	牛乳 照り焼きチキン ベーコン	食パン いちごジャム 米粉ホワイトルウ ドレッシング	たまねぎ にんじん とうもろこし バセリ ブロッコリー キャベツ きゅうり 赤ピーマン	ザクツとあられ	豆乳ムース
25	水	ごはん メルルーサしょうゆこうじ焼き 呉汁 牛乳	牛乳 大豆 油揚げ メルルーサ醤油焼揚げ 豆腐 みそ	米 さとう	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 バイン	アンパンマンのベビーせんべい	シュウクリーム
26	木	ごはん お浸し パインアップル みそカツ(鶏そぼろ) すまし汁 牛乳	牛乳 ヒレカツ みそ 豆腐 かまぼこ	米 揚げ油 さとう	はくさい えのきたけ みつば だいこん きゅうり にんじん	ブルーチェーピーチ 牛乳	ミニハート オレンジジュース100ml
27	金	ごはん 中華飯 春雨スープ フルーツポンチ 牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ 鶏肉	米 ごま油 かたくり粉 はるさめ	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 はくさい もやし にら とうもろこし いちご ブルーベリー レモン みかん バイン 黄桃 パナナ	かぼちゃせんべい	さつまポテト
28	土	うどん 五目うどん りんごゼリー 牛乳	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 りんご	野菜ハイハイン	こんぶあられ うす焼きしょうゆせんべい
30	月	ごはん ハンバーグケチャップソース ジュリエンスープ 牛乳	牛乳 ハンバーグ かまぼこ チキン水煮	米 さとう サラダ油	にんじん だいこん たまねぎ みずな キャベツ きゅうり とうもろこし	おかかせんべい	ぶどうゼリー

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。



食事マナーの基本 姿勢

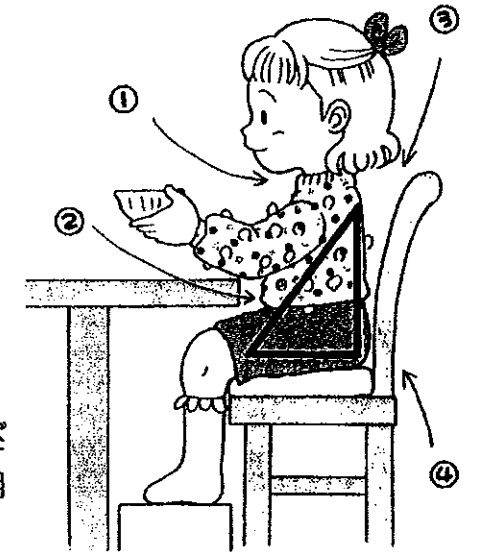


ごはんを食べるとき、姿勢は意識していますか？正しい姿勢で食事をするこ
とは、子どものときから身につけておきたいことのひとつです。毎日の食事の中
で、少しずつ身につけていきましょう。

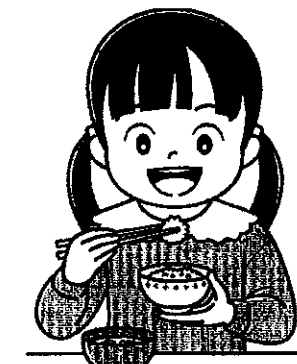
☆直角三角形を意識しよう

チェックポイント

- ①あごをひく
- ②テーブルの間はこぶしひとつぶん
くらいあける
- ③背中がまっすぐに伸びる
- ④いすに深く腰掛ける



正しい姿勢は横から見ると、頭、お尻、ひざ
を結んで直角三角形の形になります。見た目
も美しく、食べやすい姿勢です。



☆お茶わんを持って食べよう



お茶わんを持って食べることで背筋が伸び、
自然と姿勢がよくなります。また、食べ物がかぼ
れ落ちるのを防ぐことができます。

※大きな平皿などは持ち上げず、皿のふちにそっと手を添えましょう。



中秋の名月「十五夜」 ☆～★～☆ ☆～★～☆ ☆～★～☆

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。今年の十五夜は9月17日です。十
五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、15個のお団子を
お供えします。お月様の見えるところに、お団子と秋に収穫される果物やススキ
を供えて、感謝と祈りを捧げましょう。

