

令和7年1月 保育園給食献立表

清須市学校給食センター

日	曜		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	土	うどん 牛乳	わかめうどん ぶどうゼリー	牛乳 かまぼこ わかめ 油揚げ	うどん ゼリー	たまねぎ にんじん ぶどう	カルシウム入りベイスティック 花せんべい きなこ棒
6	月	ごはん わかめふりかけ 牛乳	切り干し大根トマト煮 大学芋 竹輪煮付 チンゲンサイお浸し 照り焼きハンバーグ 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 ちくわ ぶちハンバーグ鶏肉 わかめふりかけ	米 さつまいも さとう かたくり粉 サラダ油 揚げ油 ゼリー	切り干しだいこん ビーマン チンゲンサイ とうもろこし りんご いちご ぶどう バイン オレンジ メロン	ソフトな塩せん やさいコンソメリング
7	火	ごはん 牛乳	ひじき煮付 ほくほくコロッケ ドライカレー バイン缶 (ツナそぼろ えのきのみそ汁 ミニゼリー)	牛乳 ひじき 油揚げ 鶏肉	米 さとう ほくほくコロッケ 揚げ油	干しいたけ たまねぎ にんじん ビーマン バイン	野菜ハイハイ ミレービスケット アップル&キャロットジュース125ml
8	水	ごはん 牛乳	麻婆豆腐 わかめスープ 中華和え	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 わかめ	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 だいこん えのきたけ にら とうもろこし チンゲンサイ きゅうり もやし	アンパンマンのベビーせんべい とうもろこしあられ
9	木	ごはん 牛乳	タラの照り焼き どさんこ汁 お浸し	牛乳 タラ照り焼き 豚肉 豆腐 みそ	米 じゃがいも さとう	にんじん とうもろこし ねぎ はくさい もやし ほうれんそう	がんばれ小魚家族 ういろう 白 (おこさませんべい)
10	金	ごはん 牛乳	ごぼう入りつくね 関東煮 ゆかり和え	牛乳 ごぼう入りつくね 豚肉 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 キャベツ きゅうり もやし 赤しそ粉	バナナ さつまポテト
11	土	うどん 牛乳	五目うどん やさいゼリー	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 みかん	寒辛ふんわりせんべい ミニハート
14	火	ドッグパン 牛乳	ツナサンド コーンスープ ポテトソテー オレンジ	牛乳 まぐろフレーク 鶏肉 ウインナー	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 サラダ油	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ ブロッコリー オレンジ	カルマグふわせん発芽玄米入り 豆乳プリン
15	水	ごはん 牛乳	さばおおかか煮 吉野汁 新香和え	牛乳 さばおおかか煮 鶏肉 豆腐	米 さといも かたくり粉	だいこん ねぎ キャベツ きゅうり だいこん漬け	フルーチェ もも 牛乳
16	木	ごはん 牛乳	春巻き(鶏肉団子あまみだれ) 華風スープ 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 春巻き 豚肉 豆腐 豆乳	米 揚げ油 ゼリー	たまねぎ チンゲンサイ はくさい とうもろこし みかん バイン 黄桃	がんばれ野菜家族 ひこうきビスケット ヤクルト65ml
17	金	ごはん 牛乳	五目ごはん 和風炒り豆腐包み焼き すまし汁	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	たけのこ ごぼう 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	おかかせんべい いちごミルクデニッシュ
18	土	うどん 牛乳	きつねうどん ももゼリー	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 もも	ふんわりソフトせん ミニのりすけ 星っこ
20	月	ごはん 牛乳	豚肉のしょうが炒め けんちん汁 青菜和え	牛乳 豚肉 かまぼこ 豆腐 油揚げ	米 さとう かたくり粉 さといも	しょうが にんにく たまねぎ にんじん だいこん ごぼう ねぎ はくさい キャベツ もやし 広島菜 京菜 大根菜	ポテトとほうれん草の おせんべい
21	火	中華めん 牛乳	みそラーメン しゅうまい ナムル みかん	牛乳 みそ 豚肉 かまぼこ ポークしゅうまい	中華めん さとう ごま油	にんじん キャベツ ねぎ とうもろこし メンマ もやし だいこん きゅうり みかん	ふわふわチップにんじん味 コンソメコーン
22	水	ごはん 牛乳	鶏肉の照り焼き 沢煮わん 浅漬け	牛乳 照り焼きチキン 豚肉 油揚げ	米	だいこん にんじん たけのこ 干しいたけ みつば はくさい きゅうり キャベツ	ソフトな小魚せん ミニドレーヌ
23	木	ごはん 牛乳	ケチャップライス オムレツ 野菜スープ	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 グリーンピース トマト にんじん はくさい キャベツ	ヨーグルト いちごソース
24	金	ごはん 牛乳	コロッケ(じゃがいもそぼろ煮) 豚肉と根菜のみそ汁 しそひじき和え	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ ひじき	米 ポテトコロッケ 揚げ油	だいこん にんじん ごぼう ねぎ こまつな キャベツ もやし しその実	サクッとあられ たべっ子BABY 牛乳100ml
25	土	うどん 牛乳	ほうとううどん みかんゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ みそ わかめ	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	ハイハイ 二色あられ きなこせんべい
27	月	ごはん 牛乳	鶏そぼろ丼 五目汁 おかか和え	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ かつお節	米 さとう	たまねぎ にんじん とうもろこし いんげん しょうが だいこん はくさい しめじ ねぎ キャベツ こまつな もやし	ふわふわチップじゃがいも味 米粉カップケーキ メープル
28	火	黒糖パン 牛乳	メンチカツ(鶏肉団子ケチャップソース) ジュリエヌスープ フルーツゼリー和え	牛乳 鶏肉 キャベツ入りメンチカツ	黒糖パン 揚げ油 ゼリー	にんじん だいこん はくさい みずな いちご みかん バイン 黄桃	アンパンマンのおこめボール 黒豆きなこあられ
29	水	ごはん 牛乳	ハンバーグ和風ソース 白みそ汁 甘酢和え	牛乳 ハンバーグ 油揚げ 豆腐 みそ こんぶ	米 さとう かたくり粉 じゃがいも	はくさい ねぎ もやし キャベツ きゅうり	オレンジ 厚切りバウムクーヘン
30	木	ごはん 牛乳	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	牛乳 豚肉 ポークスキャンレスフランス	米 ドレッシング じゃがいも 米粉カレーラウ	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	むらさきいものおせんべい いちごゼリー
31	金	ごはん 牛乳	いわしの梅煮 のっぺい汁 磯和え	牛乳 鶏肉 いわし梅煮 豆腐 のり	米 さとう さといも かたくり粉	ねぎ しめじ もやし キャベツ こまつな にんじん	かぼちゃポーロ 鬼まんじゅう (まんまるソフトせんべい)

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。



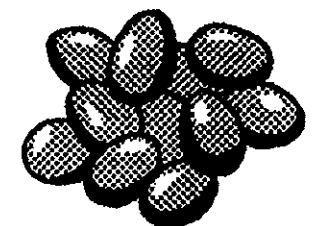
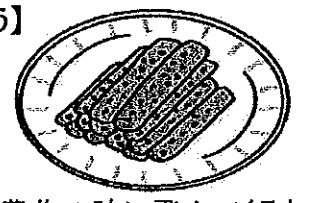
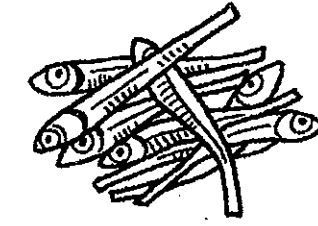
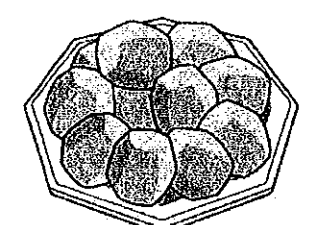
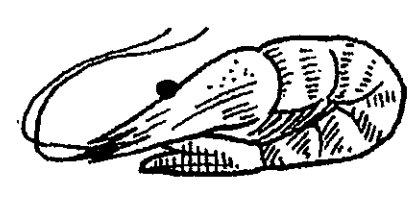
色々な願いがこめられている

おせち料理



1月は天も地も人々もゆつたりとなごみ、仲睦まじく過ごす月(＝睦月)と言われています。家族で新年を迎えられた喜びを分かち合い、新たな気持ちで1年を始めましょう。

新しい年がはじまり、最初に食べるおせち料理は雑煮とともに、日本の正月に欠かせない行事食です。家庭によっておせち料理はさまざまですが、豊作や家族の健康など、いろいろな願いが込められています。

【黒豆】  黒いごぼうは豊作の時に飛んでくるといわれる黒い瑞鳥をさすと言われてきました。豊作と息災を願って。	【たたきごぼう】  黒いごぼうは豊作の時に飛んでくるといわれる黒い瑞鳥をさすと言われてきました。豊作と息災を願って。
【田作り】  昔はかたくちいわしを作物の肥料に使っていたことから、五穀豊穡を願って。	【さといも】  さといもは小さいものがいっぱいつくので、子宝にめぐまれるように。
【くりきんとん】  きんとんは「金団」と書き、金運を呼ぶ縁起物として。	【えび】  えびのように腰が曲がるまで丈夫に長生きが出来ますように。

基本の味は5種類

わたしたちが感じる味は、基本的には甘味、酸味、塩味、苦味、うま味の5種類です。
生後すぐから、甘味と適度な塩味、うま味は体に必要なものと感じ、酸味や苦味は、体に害を与えるかもしれないと感じるため、乳幼児は苦味や酸味が苦手といわれています。
大人がおいしそうに食べるのをみせ、少しずつつゆくり食経験を増やしてみてください。

