

令和7年1月 幼稚園給食献立表

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
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 たら とうもろこし チンゲンサイ きゅうり もやし
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
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
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 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 米粉ホワイトルウ サラダ油
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
16 木	ごはん 牛乳	春巻き 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
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
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
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
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
24 金	ごはん 牛乳	コロケ 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
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
28 火	黒糖パン 牛乳	メンチカツ ジュリエンスープ 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
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
30 木	ごはん 牛乳	カレーライス ポイルウインナー グリーンサラダ	牛乳 豚肉 ボックスキンレスフランク	米 ドレッシング じゃがいも 米粉カレールウ 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
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

※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。



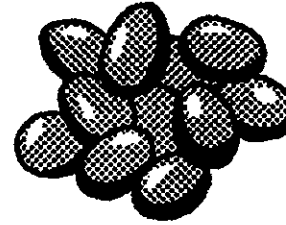
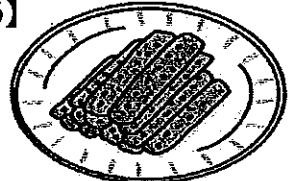
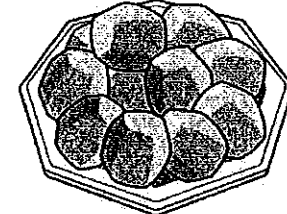
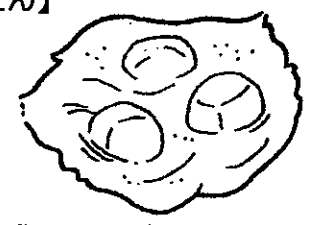
色々な願いがこめられている

おせち料理



1月は天も地も人々もゆったりとなごみ、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】  まめに働いて健康であるように。	【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、少しずつゆっくり食経験を増やしてみてください。

