

令和7年3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	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 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	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	ザラメせんべい サラダおかき
3	月	ごはん 牛乳	ちらし寿司 いわし梅煮 すまし汁	牛乳 かに風味かまぼこ いわし梅煮 豆腐 かまぼこ	米	にんじん たけのこ れんこん かんぴょう 干しいたけ とうもろこし きゅうり だいこん えのきたけ みつば	ソフトな塩せん	ひなあられ
4	火	米粉入りパン 牛乳	焼きそば 鶏肉の照り焼き フルーツゼリー和え	牛乳 豚肉 かまぼこ 青のり 鶏肉	米粉入りパン 焼きそばめん さとう サラダ油 ゼリー	にんじん キャベツ いちご みかん パイン 黄桃	ポテトとほうれん草の おせんべい	ういろう 白 (アンパンマンのペビーせんべい)
5	水	ごはん 牛乳	ごぼう入りつくね どさんこ汁 お浸し	牛乳 ごぼう入りつくね 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	フルーチェ ピーチ 牛乳	米粉のカップケーキ メープル
6	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 ボークスキンレスフランク	米 じゃがいも 米粉カレールウ 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	カルマグふわせん 発芽玄米入り	ミニクリームパン
7	金	ごはん 菜めし 牛乳	ささみカツ(肉団子照り煮) けんちん汁 ゆかり和え ミニゼリー洋梨	牛乳 豆腐 油揚げ ポテトとお米のささみカツ	米 揚げ油 さといも ゼリー	広島菜 京菜 大根菜 にんじん だいこん ごぼう ねぎ はくさい きゅうり もやし 赤しそ粉 洋梨	かぼちゃポーロ	星たべよ しお味 白ぶどう&ほうれん草ジュース 125ml
8	土	うどん 牛乳	五目うどん りんごゼリー	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 りんご	野菜ハイハイン	黒豆きなことあられ ソースせん
10	月	ごはん 牛乳	中華飯 春雨スープ 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 豚肉 かまぼこ 鶏肉 豆乳	米 ごま油 かたくり粉 はるさめ ゼリー	たけのこ キャベツ にんじん もやし 干しいたけ しょうが にんにく だいこん たまねぎ にら とうもろこし みかん パイン 黄桃	にんじんせんべい	ミレービスケット ヤクルト65ml
11	火	白玉うどん 牛乳	五目あんかけうどん 厚焼き玉子 新香和え	牛乳 鶏肉 かまぼこ 油揚げ 厚焼き玉子	牛乳 鶏肉 かまぼこ 油揚げ 厚焼き玉子 かたくり粉	はくさい にんじん 干しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり だいこん漬け	ふんわりソフトせん	Ca&鉄入り おこめリング甘口しょうゆ味
12	水	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 ツナ和え	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ まぐろフレーク	米 ポテトコロッケ 揚げ油 さとう	だいこん にんじん ごぼう ねぎ はくさい ほうれんそう	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	お米de豆乳プリンタルト
13	木	ごはん 牛乳	ハンバーグケチャップソース 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 さとう 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 パセリ ブロッコリー キャベツ きゅうり 赤ピーマン	ふわふわチップじゃがいも味	ぶどうゼリー
14	金	ごはん 牛乳	豚肉のしょうが炒め 合わせみそ汁 おかか和え	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ かつお節	米 さとう かたくり粉	しょうが たまねぎ いんげん だいこん えのきたけ ねぎ はくさい もやし こまつな にんじん	バナナ	ワッフル
15	土	うどん 牛乳	わかめうどん ももゼリー	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 もも	まんまるソフトせんべい	ミニのりすけ うす焼きサラダせんべい
17	月	ごはん 牛乳	たら紅白焼き 沢煮わん 青菜和え	牛乳 たら紅白漬け 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 キャベツ もやし ほうれんそう 広島菜 京菜 大根菜	かぼちゃせんべい	おはぎ きなこ
18	火	ごはん 牛乳	麻婆豆腐 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 しょうが にんにく 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	オレンジ	たべっ子BABY 牛乳100ml
19	水	ごはん わかめごはん 牛乳	ハムカツ(鶏肉団子あまみだれ) のっぺい汁 しそひじき和え ミニゼリーもも	牛乳 わかめ ボロニアカツ 豆腐 ひじき	米 揚げ油 さといも ゼリー かたくり粉	はくさい にんじん ねぎ こまつな キャベツ もやし しその実 もも	ソフトな小魚せん	ロールケーキ いちご味
21	金	ハニーロール 牛乳	ツナサンド ミネストローネスープ ポテトソテー	牛乳 まぐろフレーク 鶏肉 大豆 ウインナー	牛乳 ハニーロール さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも サラダ油	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん パセリ トマト ブロッコリー とうもろこし	アンパンマンのおこめボール	やさいコンソメリング
22	土	うどん 牛乳	みそうどん ぶどうゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ ゼリー	にんじん ねぎ えのきたけ はくさい ぶどう	カルシウム入りペビスティック	きなこせんべい ミニハート
24	月	ごはん 牛乳	チャーハン しゅうまい わかめスープ オレンジ	牛乳 焼豚 鶏肉 ボークシューマイ かまぼこ わかめ	米 サラダ油	にんじん たけのこ 干しいたけ ねぎ だいこん えのきたけ にら とうもろこし オレンジ	おかかせんべい	豆乳プリン
25	火	ごはん 牛乳	鶏肉の唐揚げ(鶏そぼろ) 白みそ汁 浅漬け	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ	米 かたくり粉 揚げ油 じゃがいも	にんにく しょうが たまねぎ ねぎ だいこん きゅうり にんじん	野菜入りそふとせん	ひこうきビスケット
26	水	ごはん わかめふりかけ 牛乳	いんげん信田煮 大根ブイヨン煮 揚げ餃子 白菜おかか和え 鶏肉塩麹焼き オレンジ (いわしオレンジ煮 五目汁 ミニゼリー)	牛乳 わかめふりかけ 油揚げ ぎょうざ かつお粉末 鶏肉	米 さとう 揚げ油	いんげん とうもろこし だいこん はくさい 干しいたけ オレンジ	むらさきいものおせんべい	厚切りバウムクーヘン
27	木	ごはん のりふりかけ 牛乳	蓮根味噌煮 おからポテト ポイルマカロニ スナップえんどうゆかり和え 和風ハンバーグ リンゴダイス (鶏肉団子ケチャップソース 野菜スープ ミニゼリー)	牛乳 のりふりかけ みそ ぶちハンバーグ	米 さとう おからポテト 揚げ油 マカロニ かたくり粉	れんこん にんじん スナップえんどう 赤しそ粉 たまねぎ りんご	ハイハイン	とうもろこしあられ
28	金	ごはん おかかふりかけ 牛乳	ラタトゥイユ 青梗菜お浸し 牛蒡炒め物 とんかつ パイン缶 (肉豆腐 わかめ汁 ミニゼリー)	牛乳 おかかふりかけ ローストンカツ	米 さとう 揚げ油	なす トマト ズッキーニ チンゲンサイ にんじん ごぼう ピーマン パイン	サクッとあられ	アンパンマンのソフトせんべい りんごジュース100ml
29	土	うどん 牛乳	きつねうどん やさいゼリー	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 みかん	おこさめんべい	こんぶあられ 花せんべい
31	月	ごはん ゆかり 牛乳	カリフラワー和風ドレッシング和え 蒟蒻そぼろ煮 キャベツ炒め物 白身魚カレーあんかけ みかん缶 (ツナそぼろ じゃがいものみそ汁 ミニゼリー)	牛乳 鶏肉 助宗たら	米 ドレッシング さとう 天ぷら粉 揚げ油 かたくり粉	赤しそ粉 カリフラワー きゅうり こんにゃく とうもろこし キャベツ にんじん たまねぎ みかん	ふわふわチップにんじん味	豆乳ムース

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。



1年間の食生活のふり返し



今年度もおわりに近づきました。4月に比べて、さまざまなことができるようになったのではないのでしょうか。どのようなことができるようになったのか、お子さんと一緒にふり返ってみましょう。

① 食事の前にきれいに手を洗った

② よく噛んで食べた

③ 嫌いなものにも挑戦した

④ 残さずに食べた

⑤ お手伝いをした

⑥ スプーンやはしを上手に使えた

ふり返りシート

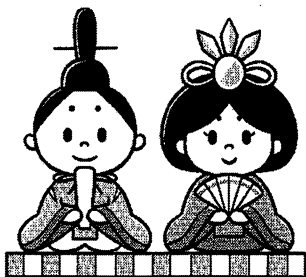
何個できたかな？

0～1個・・・もうすこしがんばろう
2～4個・・・がんばりました
5～6個・・・よくがんばりました



できるようになったことはその調子で続けていきましょう。
できていなかったことは、少しずつ取り組みできるようにして
いきましょう。

3月3日はひな祭り



ひな祭りは、桃の花が咲く季節であることから、「桃の節句」とも呼ばれています。ひな人形を飾って、白酒やひしもちなどをお供えし、子どもたちの無病息災を祈る行事です。また、ひなあられは野外で神様を祭るときの保存食して作られたのが始まりといわれています。春夏秋冬を表す、桃色、緑色、黄色、白色の4色が元々の色だったようです。