

令和7年5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	木	ブルーベリーパン 牛乳 ごはん メンチカツ(肉団子照煮) ホワイトスープ フレンチサラダ	牛乳 ベーコン メンチカツ	ブルーベリーパン 揚げ油 じゃがいも さとう 米粉ホワイトウ サラダ油	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	カルマグふわせん芽玄米入り	とうもろこしあられ 白ぶどう&ほうれん草ジュース125ml
2	金	牛乳 ごはん 鶏そぼろ丼 すまし汁 お浸し オレンジ	牛乳 鶏肉 豆腐 かまぼこ	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 えのきたけ みつば はくさい もやし ほうれんそう オレンジ	ポテトとほうれん草の おせんべい	かしわもち (おこさませんべい)
7	水	中華めん 牛乳 ごはん しょうゆラーメン 肉団子 フルーツゼリー和え	牛乳 豚肉 味付け肉団子	中華めん 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 いちご レモン ブルーベリー みかん パイン 黄桃	かぼちゃせんべい	米粉のカップケーキいちご
8	木	牛乳 ごはん チキンライス コロケ(さつまいも甘煮) ジュリエンスープ	牛乳 鶏肉 かまぼこ	米 オリブ油 豚肉のコロッケ 揚げ油	赤ピーマン たまねぎ マッシュルーム グリンピース トマト にんじん だいこん はくさい みずな	アンパンマンのベビーせんべい	厚切りバウムクーヘン
9	金	牛乳 ごはん 豚丼 合わせみそ汁 青菜和え	牛乳 豚肉 かまぼこ 豆腐 油揚げ わかめ みそ	米 さとう じゃがいも	しょうが たまねぎ しらたき みつば だいこん ねぎ こまつな キャベツ もやし にんじん 広島菜 京菜 大根葉	バナナ	たべっこBABY 牛乳100ml
10	土	うどん 牛乳 ごはん わかめうどん みかんゼリー	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 みかん	ソフトな小魚せん	ザラメせんべい 星っこ
12	月	牛乳 ごはん いわし梅煮 豚汁 ごま和え	牛乳 いわし梅煮 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	米 さとう さとう ごま	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ はくさい もやし にんじん ほうれんそう	にんじんせんべい	お米de豆乳プリンタルト
13	火	牛乳 ごはん 麻婆豆腐 ワンタンスープ パンサンダー	牛乳 豚肉 豆腐 みそ かまぼこ ハム	米 さとう ごま油 かたくり粉 米粉ワンタン はるさめ	たけのこ にんじん たまねぎ ねぎ 干しいたけ にんにく しょうが だいこん はくさい しめじ にら とうもろこし きゅうり もやし	フルーチェ もも 牛乳	カリボテミニ りんごジュース100ml
14	水	牛乳 ごはん 白身魚フライ(ツナそぼろ) 若竹汁 浅漬け オレンジ	牛乳 ホキフライ かまぼこ 豆腐 わかめ 塩こんぶ	米 揚げ油	たけのこ えのきたけ みつば はくさい だいこん きゅうり オレンジ	カルシウム入りベビースティック	やさしいコンソメリング
15	木	黒糖パン 牛乳 ごはん ハンバーグデミグラスソースかけ ポテトスープ グリーンサラダ	牛乳 ハンバーグ 鶏肉	黒糖パン じゃがいも ドレッシング	にんじん だいこん たまねぎ パセリ ブロッコリー きゅうり キャベツ	かぼちゃポーロ	きなこおかしミニバック
16	金	牛乳 ごはん ごぼう入りつくね 白みそ汁 しそひじき和え	牛乳 ごぼう入りつくね 豆腐 油揚げ わかめ みそ ひじき	米 じゃがいも	たまねぎ ねぎ こまつな キャベツ もやし しその葉	野菜ハイハイン	ワッフル
17	土	うどん 牛乳 ごはん ほうとううどん ぶどうゼリー	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 ぶどう	ふわふわチップにんじん味	花せんべい きなこ棒
19	月	牛乳 ごはん ピピンパ わかめスープ 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 牛肉 鶏肉 わかめ 豆乳	米 さとう ごま油 ゼリー	にんにく しょうが にんじん だいこん もやし ほうれんそう はくさい えのきたけ ねぎ とうもろこし みかん パイン 黄桃	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	ミレービスケット ヤクルト65ml
20	火	ソフトめん 牛乳 ごはん ミートソースかけ オムレツ イタリアンサラダ	牛乳 豚肉 プレーンオムレツ	ソフトめん さとう 米粉ハヤシルウ ドレッシング	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ にんにく トマト ブロッコリー キャベツ きゅうり 赤ピーマン	むらさきいものおせんべい	二色あられ
21	水	牛乳 ごはん さわらしょうゆ焼 どさんこ汁 ゆかり和え	牛乳 さわら醤油焼 豚肉 豆腐 みそ	米 じゃがいも	にんじん とうもろこし ねぎ キャベツ きゅうり もやし 赤しそ粉	ヨーグルト いちごソース	米粉のカップケーキキーマブル
22	木	牛乳 ごはん 中華飯 しゅうまい 華風スープ ミニゼリーりんご	牛乳 豚肉 かまぼこ ポークしゅうまい 鶏肉	米 ごま油 かたくり粉 ゼリー	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 はくさい チンゲンサイりんご	ハイハイン	クリームデニッシュ
23	金	牛乳 ごはん 鶏肉の照り焼き 吉野汁 新香和え	牛乳 鶏肉 照り焼きチキン 豆腐	米 かたくり粉	にんじん えのきたけ だいこん はくさい こまつな キャベツ きゅうり だいこん漬	アンパンマンのおこめボール	さつまポテト
24	土	うどん 牛乳 ごはん 五目うどん やさしいゼリー	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	ソフトな塩せん	ミニのりすけ きなこせんべい
26	月	ドッグパン 牛乳 ごはん 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	ドッグパン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ さとう 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	おこめせんにんじん&かぼちゃ味	豆乳プリン
27	火	牛乳 ごはん カレーライス(じゃがいも煮) ポイルウインナー コーンサラダ	牛乳 豚肉 ポークスキャンレスフランク	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 とうもろこし キャベツ きゅうり	野菜入りそふとせん	黒豆きなこあられ アップル&キャロットジュース125ml
28	水	牛乳 ごはん さばのみそ煮 けんちん汁 磯和え	牛乳 さば味噌煮 鶏肉 豆腐 油揚げ のり	米 さとう 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	Ca&鉄入り おこめリング甘口しょうゆ味
29	木	牛乳 ごはん 豚肉しょうが炒め 臭汁 おかか和え	牛乳 わかめ 豚肉 大豆 油揚げ 豆腐 みそ かつお節	米 さとう かたくり粉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ だいこん えのきたけ ねぎ キャベツ もやし こまつな	紫芋ふわりせんべい	ロールケーキプレーン味
30	金	牛乳 ごはん 鶏肉の唐揚げ(鶏肉団子あまみだれ) コーンスープ 和風サラダ	牛乳 鶏肉 ベーコン まぐろフレーク	米 かたくり粉 揚げ油 ドレッシング 米粉ホワイトウ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ だいこん キャベツ きゅうり	ふわふわチップじゃがいも味	いちごゼリー
31	土	うどん 牛乳 ごはん みそうどん ももゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ	うどん さとう ゼリー	にんじん ねぎ えのきたけ はくさい もも	ふんわりソフトせん	ミニハート うす焼きしょうゆせんべい

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。

大切な朝ごはん



わたしたちは、寝ている間もエネルギーを使っているため、朝起きた時はエネルギー不足の状態になっています。

朝ごはんを食べることでエネルギーが補給されて、脳が目覚めます。また、寝ている間に下がっていた体温が上がって、活動しやすい状態になります。さらに、食べ物がおなかに入ること、うんちが出やすくなります。

朝ごはんづくりのポイント

◎手軽に食べられるものを準備する

バナナやヨーグルトなど、包丁や道具を使わないで準備ができるものや、電子レンジなどで簡単に加熱すれば食べられるものを利用すると手軽です。



◎上手に時間を節約する

夕食をつくる時に、計画的に次の日の朝ごはんをつくっておいたり、残りものを利用したり、冷凍食品や調理済みの食品を利用したりすると時間を節約できます。

上手に組み合わせましょう！



5月5日は端午の節句

端午の節句はもともと古代中国の厄よけの行事でした。邪気をはらう物忌みの行事から男の子の節句にかわったのは武家社会になった頃からといひます。江戸時代以降、端午の節句は勇ましさの象徴になり、こいのぼりや武者人形を飾ってかしわもちやちまきを食べ、男の子の成長を祝う行事として定着しました。

