

令和7年10月 保育園給食献立表

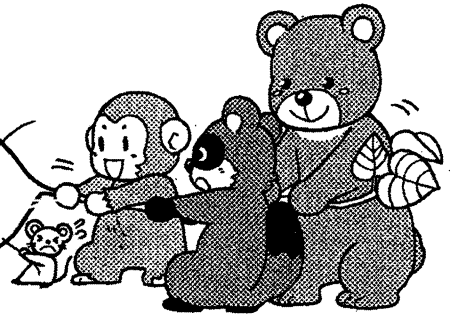
清須市学校給食センター

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	水	中華めん	しょうゆラーメン しゅうまい	牛乳 焼豚 ポークしゅうまい	中華めん さとう	にんじん メンマ とうもろこし キャベツ もやし ねぎ だいこん はくさい きゅうり オレンジ	ポテトとほうれん草の おせんべい	米粉のカップケーキ メーブル
2	木	牛乳 ごはん	甘酢和え オレンジ 豚肉のしょうが炒め 吉野汁	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐	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 にんじん 干しいたけ だいこん こまつな はくさい きゅうり もやし 赤しそ粉	アンパンマンのベビーせんべい	とうもろこしあられ アップル&キャロットジュース 125ml
3	金	ごはん	和風炒り豆腐包み焼き 豚汁	牛乳 豚肉 油揚げ 和風炒り豆腐包み焼き	米 さといも さとう	こんにやく だいこん ごぼう ねぎ キャベツ もやし ほうれんそう にんじん	バナナ	パンケーキ
4	土	牛乳	おかか和え	みそ かつお節				
4	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	まんまるソフトせんべい	きなこおかき 花せんべい
6	月	ごはん	さんま甘露煮 のっぺい汁	牛乳 鶏肉 豆腐 さんま甘露煮	米 さといも かたくり粉	はくさい ねぎ だいこん きゅうり にんじん	ふわふわチップにんじん味	豆乳プリン
7	火	牛乳 米粉入りパン	浅漬け 焼きそば 鶏肉の照り焼き	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 レモン りんご バイン 黄桃	おかかせんべい	たべっちBABY ヤクルト65ml
8	水	ごはん	サイダーゼリー和え					
8	水	牛乳	ハヤシライス オムレツ	牛乳 豚肉 プレーンオムレツ	米 じゃがいも 米粉ハヤシルウ	にんじん たまねぎ マッシュルーム グリンピース トマト キャベツ きゅうり とうもろこし	ソフトな塩せん	さつまポテト
9	木	ごはん	フレンチサラダ	チキン水煮	サラダ油 さとう			
9	木	牛乳	春巻き(鶏肉団子あまみだれ) わかめスープ	牛乳 春巻き 鶏肉 豆腐 わかめ	米 揚げ油 さとう ごま油	はくさい えのきたけ にら とうもろこし きゅうり チンゲンサイ もやし	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	ミニクリームパン
10	金	ごはん	中華和え	ハム				
10	金	牛乳	ツナそぼろ丼 呉汁	牛乳 まぐろフレーク 大豆 油揚げ 豆腐	米 さとう	たまねぎ にんじん いんげん とうもろこし 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	フルーチェ ビーチ 牛乳	やさいコンソメリング
11	土	牛乳	お浸し	みそ				
11	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	うどん さとう ゼリー	にんじん ねぎ えのきたけ はくさい ぶどう	野菜ハイハイン	ミニのりすけ うす焼きサラダせんべい
14	火	ごはん	チキンライス	牛乳 鶏肉	米 オリーブ油	赤ピーマン たまねぎ マッシュルーム トマト グリンピース にんじん だいこん はくさい みずな	かぼちゃせんべい	豆乳ムース
14	火	牛乳	ミートボール 千切り野菜スープ	味付け肉団子 かまぼこ				
15	水	ごはん	鶏肉の唐揚げ(若鶏の照り焼き) 沢煮わん	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ ひじき	米 かたくり粉 揚げ油 キヌア	にんにく しょうが だいこん にんじん たけのこ 干しいたけ みつば こまつな キャベツ もやし しその実	おこさませんべい	フレンズクレープ カスタード風
15	水	牛乳	しそひじき和え					
16	木	ごはん	中華飯	牛乳 豚肉 かまぼこ 焼豚	米 ごま油 かたくり粉	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 はくさい たまねぎ にら とうもろこし いちご みかん バイン 黄桃	アンパンマンのおこめボール	焼きドーナツいちご味
16	木	牛乳	春雨スープ フルーツゼリー和え		はるさめ ゼリー			
17	金	ブルーベリーパン	ハムステーキ コーンスープ	牛乳 鶏肉 ポロニアステーキ	ブルーベリーパン 米粉ホワイトルウ	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ ブロッコリー きゅうり キャベツ	オレンジ	あまからせん りんごジュース100ml
17	金	牛乳	グリーンサラダ	ドレッシング				
18	土	うどん 牛乳	五目うどん みかんゼリー	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	カルシウム入りベビースティック	きなこせんべい 二色あられ
20	月	ごはん	麻婆豆腐	牛乳 豚肉 豆腐	米 さとう ごま油	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	お米のババロア豆乳みかん
20	月	牛乳	華風スープ ナムル	みそ 鶏肉	かたくり粉			
21	火	ごはん	メバル紅葉焼き	牛乳 豚肉 豆腐	米 さつまいも	だいこん にんじん ごぼう ねぎ キャベツ きゅうり だいこん漬け	かぼちゃボーロ	Ca&鉄入り おこめリング甘口しょうゆ味
21	火	牛乳	さつま汁	メバル紅葉漬け				
22	水	ごはん	新香和え	みそ				
22	水	牛乳	みそカツ(鶏そぼろ) すまし汁	牛乳 ヒレカツ みそ 豆腐 かまぼこ のり	米 揚げ油 さとう	だいこん えのきたけ みつば もやし はくさい ほうれんそう にんじん	ソフトな小魚せん	ロールケーキ いちご
22	水	牛乳	磯和え					
23	木	ハニーロール	ツナサンド	牛乳 まぐろフレーク	ハニーロール さとう	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	にんじんせんべい	おはぎ きなこ
23	木	牛乳	ミネストローネスープ ポテトソテー	鶏肉 大豆 ウインナー	ノンエッグマヨネーズ じゃがいも サラダ油			
24	金	ごはん	ごぼう入りつくね	牛乳 ごぼう入りつくね	米 さとう	だいこん にんじん ねぎ キャベツ もやし こまつな	バナナ	ミレービスケット 牛乳100ml
24	金	牛乳	五目汁	豚肉 豆腐 油揚げ	ごま			
25	土	ごはん	ごま和え	かまぼこ				
25	土	うどん 牛乳	わかめうどん やさいゼリー	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	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	ザラメせんべい ソースせん
27	月	ごはん	ビビンバ	牛乳 牛肉 鶏肉	米 さとう	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 たまねぎ えのきたけ しめじ ねぎ 干しいたけ みかん バイン 黄桃	ハイハイン	お米deりんごタルト
27	月	牛乳	きのこスープ 豆乳杏仁フルーツ	豆乳	ごま油 ゼリー			
28	火	ごはん	カレーライス(クリームシチュー)	牛乳 豚肉	米 じゃがいも	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	ういろう 白 (花花せんべい)
28	火	牛乳	ポイルウインナー コーンサラダ	ボックスキンレスウインナー	米粉カレールウ ドレッシング			
29	水	白玉うどん	あんかけうどん	牛乳 鶏肉 油揚げ	白玉うどん	にんじん はくさい 干しいたけ ねぎ キャベツ もやし こまつな 広島菜 京菜 大根葉	野菜入りそふとせん	ワッフル
29	水	牛乳	大学芋(さつまいも甘煮) 青菜和え	かまぼこ	かたくり粉 揚げ油 さつまいも さとう			
30	木	ごはん	五目ごはん	牛乳 鶏肉	米 さとう	ごぼう たけのこ にんじん いんげん たまねぎ ねぎ	ヨーグルト いちごソース	アンパンマンのしょうゆせんべい 赤ぶどうジュース100ml
30	木	牛乳	いわし梅煮 白みそ汁	油揚げ わかめ みそ	サラダ油 じゃがいも			
31	金	ごはん	ハンバーグケチャップソース	牛乳 ハンバーグ	米 さとう	かぼちゃ たまねぎ パセリ マッシュルーム ブロッコリー キャベツ きゅうり 赤ピーマン	ふんわりソフトせん	みかんゼリー
31	金	牛乳	パンブキンスープ イタリアンサラダ	ベーコン	米粉ホワイトルウ ドレッシング			

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。

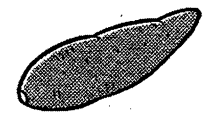
秋を感じる味覚
「いも」



秋は実りの季節です。暑さもやわらぎ、食欲もぐんと増してきます。

秋においしくなるいも類。10月の給食では「大学芋」「さつま汁」にてさつまいもを、「のっぺい汁」「豚汁」にてさといもを、「カレーライス」「ポテトソテー」にてじゃがいもを使用します。ご家庭でも秋の味覚を楽しんでください。

《さつまいも》



さつまいもは根が膨らんだものです。糖質

がいもの中でも特に多く含まれ、ビタミンCも豊富です。ふかしいも、大学いも、天ぷら、スイートポテトなどで食べられます。

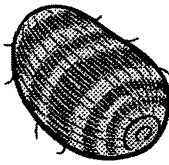
《じゃがいも》



じゃがいもは地下茎が膨らんだものです。糖質や

カリウム、ビタミンCが豊富です。また、食物繊維が実はさつまいもよりも多いのも特徴です。コロッケや肉じゃが、スープなどで食べられます。

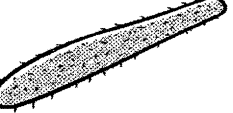
《さといも》



さといもは地下茎がふくらんだものです。水分が多く、

カリウムも豊富に含まれています。特有のぬめりがあるのが特徴です。煮物やコロッケなどで食べられます。

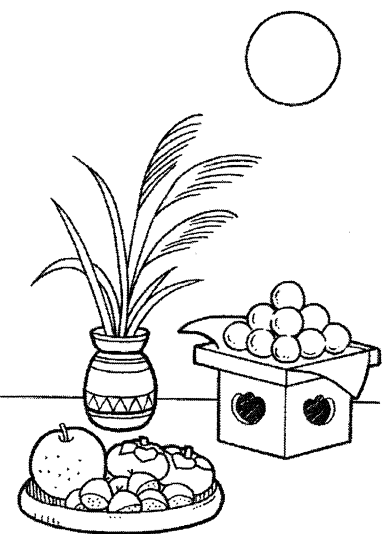
《ながいも》



ながいもは担根体

(根と茎の中間の性質を持つ部分)が膨らんだものです。糖質やカリウムが豊富ですが、食物繊維はあまり多くありません。生で食べることができ、とろろや漬物などで食べられます。

お月見



お月見とは月の満ち欠けが農作業の大きな指標にしていたことから、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。平安時代に「中秋の名月」を祝う習慣として一般的になりました。だんごやさといもなど月に見立てた丸い物と、葉先のとんがりに邪気をはらう力があるとされているススキや秋の七草をお供えします。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。