

令和8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	全国児おやつ
2	月	食パン オムレツ ブラウンシチュー 牛乳 コーンサラダ いちごジャム	牛乳 プレーンオムレツ 豚肉	食パン いちごジャム 米粉ハヤシルウ じゃがいも ドレッシング	にんじん たまねぎ マッシュルーム とうもろこし キャベツ きゅうり	にんじんせんべい	豆乳プリン
3	火	ごはん 散らし寿司 ごぼう入りつくね 牛乳 すまし汁 オレンジ	牛乳 かに風味かまぼこ ごぼう入りつくね かまぼこ 豆腐	米 サラダ油	にんじん たけのこ れんこん かんぴょう 干しいたけ いんげん とうもろこし だいこん えのきたけ みつば オレンジ	ソフトな塩せん	ひなあられ
4	水	ごはん さわら西京焼き 牛乳 呉汁 チキンとひじきの和え物	牛乳 さわら西京漬け 大豆 油揚げ 豆腐 みそ チキン油漬け ひじき	米 さとう ごま油	ごぼう だいこん えのきたけ ねぎ にんじん きゅうり キャベツ	バナナ	ミレービスケット 牛乳100ml
5	木	ごはん カレーライス(クリームシチュー) 牛乳 ポイルウインナー フレンチサラダ	牛乳 豚肉 ポークスキムレスウインナー	米 じゃがいも 米粉カレーウ サラダ油 さとう	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 とうもろこし	かぼちゃポーロ	いちごミルクデニッシュ
6	金	ごはん ささみカツ(鶏肉団子あまみだれ) 牛乳 わかめ 豚肉 沢煮わん わかめごはん 牛乳 おかか和え ミニゼリーマスカット	牛乳 わかめ 豚肉 ポテトとお米のささみカツ 油揚げ かまぼこ かつお節	米 揚げ油 さとう ゼリー	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 こまつな ぶどう	アンパンマンのペーせんべい	やさしいコンソメリング
7	土	うどん 五目うどん 牛乳 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	ふんわりソフトせん	ザラメせんべい ミニハート
9	月	ごはん 豚丼 牛乳 白みそ汁 ツナ和え	牛乳 豚肉 かまぼこ 油揚げ 豆腐 わかめ みそ まぐろフレーク	米 さとう じゃがいも	しょうが たまねぎ しらたき いんげん はくさい ねぎ キャベツ ほうれんそう にんじん	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	米粉カップケーキメープル
10	火	中華めん ちゃんぽんめん 牛乳 肉団子 フルーツゼリー和え	牛乳 豚肉 かまぼこ 豆乳 味付け肉団子	中華めん ゼリー	にんじん キャベツ メンマ とうもろこし ねぎ にんにく しょうが いちご みかん パイン 黄桃	ふわふわチップじゃがいも味	きなこおかき
11	水	ごはん さばおかか煮 牛乳 五目汁 菜の花和え いちご	牛乳 さば土佐煮 鶏肉 油揚げ	米 さとう	だいこん はくさい ねぎ 干しいたけ にんじん なばな キャベツ もやし とうもろこし いちご	かぼちゃせんべい	ミニマドレーヌ
12	木	ごはん ハンバーグマトソースかけ 牛乳 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 米粉ホワイトル 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	オレンジ	たべっこBABY 赤ぶどうジュース100ml
13	金	ごはん 五目ピラフ 牛乳 鶏肉の唐揚げ(鶏肉の照り煮) 千切り野菜スープ カップフルーツ	牛乳 ベーコン 鶏肉 かまぼこ	米 サラダ油 かたくり粉 揚げ油	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし 赤ピーマン パセリ にんにく しょうが にんじん だいこん はくさい みずな オレンジ パイン メロン	ポテトとほうれん草の おせんべい	ももゼリー
14	土	うどん ほうとううどん 牛乳 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	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	花せんべい きなこせんべい とうもろこしあられ ヤクルト65ml
16	月	ごはん いわし梅煮 牛乳 豚汁 お浸し	牛乳 いわし梅煮 豚肉 油揚げ みそ	米 さといも さとう	こんにやく だいこん ごぼう ねぎ はくさい もやし ほうれんそう	むらさきいものおせんべい	
17	火	米粉入りパン 焼きそば 牛乳 しゅうまい 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 豚肉 かまぼこ 青のり 豆乳 ポークしゅうまい	米粉入りパン 焼きそばめん サラダ油 ゼリー	にんじん キャベツ みかん パイン 黄桃	野菜ハイハイン	おはぎ きなこ
18	水	ごはん 豚肉のしょうが炒め 牛乳 のっぺい汁 ごま和え	牛乳 豚肉 豆腐	米 さとう かたくり粉 さといも ごま	しょうが にんにく たまねぎ にんじん だいこん えのきたけ ねぎ はくさい もやし こまつな	フルーチェ もも 牛乳	Ca&鉄入りおこめリング 甘口しょうゆ味
19	木	ごはん 白身魚フライ(ツナそぼろ) 牛乳 吉野汁 浅漬け ミニゼリー洋梨	牛乳 ホキサクフリフライ 鶏肉 塩こんぶ	米 揚げ油 さといも かたくり粉 ゼリー	広島菜 京菜 大根葉 とうもろこし にんじん 梅 かぼちゃ ほうれんそう こんにやく 干しいたけ だいこん こまつな はくさい きゅうり みずな 洋梨	おかかせんべい	焼きドーナツいちご味
21	土	うどん みそうどん 牛乳 りんごゼリー	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 りんご	カルシウム入りベイスティック	ミニのりすけ うす焼きサラダせんべい
23	月	ごはん 麻婆豆腐 牛乳 ワンタンスープ 中華和え	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	たけのこ にんじん たまねぎ ねぎ にんにく 干しいたけ しょうが チンゲンサイ はくさい えのきたけ とうもろこし だいこん きゅうり もやし	紫芋ふんわりせんべい	お米のe国産豆乳プリンタルト
24	火	デニッシュパン 照り焼きチキン 牛乳 ホワイトスープ グリーンサラダ	牛乳 照り焼きチキン ベーコン	デニッシュパン 米粉ホワイトル じゃがいも ドレッシング	にんじん たまねぎ いんげん ブロッコリー きゅうり キャベツ	ふわふわチップにんじん味	ういろ白 (花花せんべい)
25	水	ごはん みそカツ(肉団子照り煮) 牛乳 豆腐のすまし汁 しそひじき和え パインアップル	牛乳 ヒレカツ みそ かまぼこ 豆腐 ひじき	米 揚げ油 さとう キヌア	だいこん えのきたけ みつば こまつな キャベツ もやし しその実 パイン	野菜入りそふとせん	ミニフルーツケーキ
26	木	ごはん 鮭ひとがすみ焼き 牛乳 どさんこ汁 新香和え	牛乳 鮭ひとがすみ漬け 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 だいこん漬け	バナナ	ソースせん アップル&キャラットジュース 125ml
27	金	ごはん コーン和風ドレッシング和え 牛乳 おかかふりかけ ほうれん草中華炒め 鶏肉の唐揚げ オレンジ (鶏肉団子ケチャップソース 野菜スープ ミニゼリー)	牛乳 おかかふりかけ がんもどき 鶏肉 ポークウインナー	米 さとう ドレッシング かたくり粉 揚げ油	とうもろこし キャベツ ほうれんそう たまねぎ オレンジ	サクッとあられ	パンケーキ
28	土	うどん わかめうどん 牛乳 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	黒豆きなこあられ サラダおかき
30	月	ごはん 大豆マトソース煮 竹輪煮付 牛乳 小松菜炒め物 菜の花と筍ロケット りんごダイス (いわしオレンジ煮 けんちん汁 ミニゼリー)	牛乳 わかめふりかけ 大豆 ちくわ かつお粉末	米 揚げ油 菜の花と筍ロケット さとう	たまねぎ にんじん トマト ブロッコリー こまつな とうもろこし りんご	まんまるソフトせんべい	お米のババロア豆乳みかん
31	火	ごはん 春巻き 大根味噌煮 牛乳 豚肉生姜焼き 洋梨缶 (鶏そぼろ ほうとう汁 ミニゼリー)	牛乳 みそ 豚肉	米 揚げ油 米塩味のコーン春巻き さとう	赤しそ粉 だいこん にんじん ピーマン たまねぎ しょうが 洋梨	ハイハイン	さつまポテト

献立名の()内は0・1歳児の別献立です。

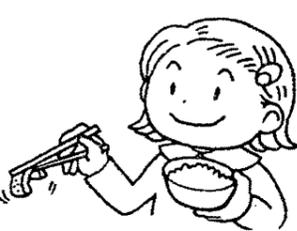
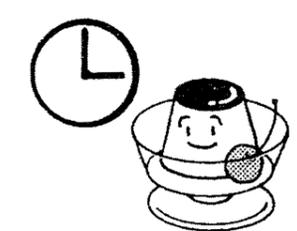
※都合により献立を変更する場合があります。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。

1年間をふり返ってみよう

1年間の食生活の中で、子どもたちができるようになったことを、ご家庭と一緒にふり返ってみましょう。また、できるようになったことについては、「よくがんばったね」「えらいね」など、ほめるようにしましょう。

できるようになったかな？ 食生活チェック

 <p>朝食はきちんととっていますか。</p>	 <p>嫌いなものが1つでも少なくなりましたか。</p>	 <p>食事の手洗いはきちんとできていますか。</p>
 <p>よくかんで食べていますか。</p>	 <p>朝・昼・夕食を規則正しくとっていますか。</p>	 <p>はしを使えるようになりましたか。</p>
 <p>おやつ時間は決まっていますか。</p>	 <p>食事の準備や後片づけのお手伝いをしていますか。</p>	 <p>いろいろなものを食べるように挑戦していますか。</p>

3月3日はひな祭り

ひな人形を飾って女の子の健康と幸せを祈る日、桃の節句や上巳の節句ともいわれています。

ひな祭りの行事食には、春の食材を使ったちらしずしのほか、草もち、ひしもち、ひなあられ、はまぐりのうしお汁などがあります。行事の意味を子どもたちに伝え、楽しいひな祭りを過ごしましょう。

