

令和8年3月 幼稚園給食献立表

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
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
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
4	水	ごはん さわら西京焼き 呉汁 牛乳 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
5	木	ごはん カレーライス ポイルウインナー 牛乳 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 米粉カレールー 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
6	金	ごはん わかめごはん 牛乳 ささみカツ 沢煮わん 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
9	月	ごはん 豚丼 白みそ汁 牛乳 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
10	火	中華めん ちゃんぽんめん 肉団子 牛乳 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
12	木	ごはん ハンバーグトマトソースかけ コーンスープ 牛乳 イタリアンサラダ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	米 米粉ホワイトルー 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
13	金	ごはん 五目ピラフ 鶏肉の唐揚げ 牛乳 千切り野菜スープ ミニゼリーりんご	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 ゼリー	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 りんご
16	月	ごはん いわし梅煮 豚汁 牛乳 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	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ はくさい もやし ほうれんそう
17	火	米粉入りパン 焼きそば しゅうまい 牛乳 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
19	木	ごはん 白身魚フライ 彩りベジごはん 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 こんにゃく 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
23	月	ごはん 麻婆豆腐 ワンタンスープ 牛乳 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

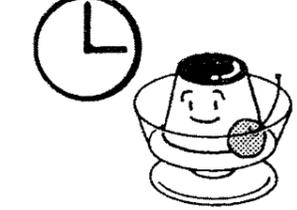
※都合により献立を変更する場合があります。

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>食事の前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で、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。

