

令和8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	木	中華めん しょうゆラーメン 春巻き(鶏肉団子あまみだれ) 中華和え ミニゼリーもも	牛乳 豚肉 春巻き ハム	中華めん 揚げ油 さとう ごま油 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 チンゲンサイ きゅうり だいこん もも	ソフトな小魚せん	お米de豆乳プリンタルト
2	金	ごはん 豚肉のしょうが炒め 白みそ汁 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 じゃがいも	しょうが たまねぎ いんげん たけのこ だいこん ねぎ キャベツ もやし こまつな にんじん	むらさきいものおせんべい	ソースせん りんごジュース100ml
3	土	うどん 牛乳 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	野菜入りそふとせん	黒豆きなこあられ うす焼きしょうゆせんべい
5	月	ごはん 牛乳 さばみそ煮 けんちん汁 磯和え	牛乳 さばみそ煮 鶏肉 豆腐 油揚げ のり	米 さともい 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	かぼちゃせんべい	焼きドーナツ さつまいも味
6	火	デニッシュパン 牛乳 照り焼きチキン コーンスープ フレンチサラダ	牛乳 照り焼きチキン ベーコン まぐろフレーク	デニッシュパン 米粉ホワイトルウ サラダ油 さとう	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	オレンジ	Ca&鉄入り おこめリング甘口しょうゆ味
7	水	ごはん 牛乳 チャーハン しゅうまい 春雨スープ	牛乳 焼豚 鶏肉 ポークしゅうまい かまぼこ	米 サラダ油 はるさめ	にんじん たけのこ 干しいたけ ねぎ はくさい たまねぎ にら	ふわふわチップじゃがいも味	豆乳プリン
8	木	ごはん 牛乳 ホキフライ(いわしオレンジ煮) どさんこ汁 浅漬け	牛乳 ホキフライ 豚肉 豆腐 みそ	米 揚げ油 じゃがいも	にんじん とうもろこし ねぎ だいこん きゅうり みずな	まんまるソフトせんべい	きなこおかし
9	金	ごはん 牛乳 鶏そぼろ丼 すまし汁 しそひじき和え ブルーベリーゼリー	牛乳 鶏肉 豆腐 かまぼこ ひじき	米 さとう ゼリー	たまねぎ にんじん とうもろこし いんげん しょうが はくさい えのきたけ みつば こまつな キャベツ もやし ブルーベリー	にんじんせんべい	ミレービスケット 牛乳100ml
10	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	おこさませんべい	ザラメせんべい ミニハート
13	火	ごはん 牛乳 ハンバーグ和風ソース 合わせみそ汁 ツナ和え	牛乳 ハンバーグ 豆腐 油揚げ わかめ みそ まぐろフレーク	米 さとう かたくり粉	はくさい たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり にんじん	おかかせんべい	おはぎ きなこ
14	水	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 コーンサラダ 柿(ミニゼリー洋梨)	牛乳 豚肉 ポークスキんレスウインナー	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 とうもろこし キャベツ きゅうり みずな かき	がんばれ野菜家族	ワッフル
15	木	ごはん 牛乳 さんまおかし煮 のっぺい汁 お浸し	牛乳 さんまおかし煮 鶏肉 豆腐	米 さともい かたくり粉 さとう	にんじん 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	ひこうきビスケット
16	金	米粉入りパン 牛乳 焼きそば ごぼう入りつくね フルーツゼリー和え	牛乳 豚肉 かまぼこ 青のり ごぼう入りつくね	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 いちご みかん バイン 黄桃	かぼちゃポーロ	星たべよ 白ぶどう&ほうれん草ジュース 125ml
17	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	ハイハイン	ミニのりすけ サラダおかし
19	月	ごはん 牛乳 いわし梅煮 沢煮わん 新香和え	牛乳 いわし梅煮 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 きゅうり だいこん漬け	Ca&鉄入り きらきらコーンのおほしさま	米粉のカップケーキ いちご
20	火	ごはん 牛乳 ハヤシライス オムレツ グリーンサラダ オレンジ	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 ドレッシング	にんじん たまねぎ マッシュルーム グリンピース トマト ブロッコリー きゅうり キャベツ オレンジ	アンパンマンのベビーせんべい	やさしいコンソメリング
21	水	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 華風スープ ナムル いちごとみかんの二色ゼリー	牛乳 豚肉 豆腐 みそ 鶏肉	米 さとう ごま油 かたくり粉 ゼリー	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 いちご みかん	バナナ	厚切りバウムクーヘン
22	木	白玉うどん 牛乳 あんかけうどん 大学芋(さつまいも甘煮) 青菜和え	牛乳 鶏肉 かまぼこ 油揚げ	白玉うどん かたくり粉 さつまいも 揚げ油 さとう	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	ふわふわチップにんじん味	豆乳ムース
23	金	ごはん 牛乳 コーンピラフ ハムステーキ 千切り野菜スープ	牛乳 ベーコン ポロニアステーキ かまぼこ	米 サラダ油	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし パセリ にんじん だいこん はくさい みずな	カルシウム入りベビースティック	たべっ子BABY ヤクルト65ml
24	土	うどん 牛乳 ほうとううどん やさいゼリー	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 ししいたけ みかん	おこめせん にんじん&かぼちゃ味	きなこせんべい 二色あられ
26	月	ごはん 牛乳 中華飯 わかめスープ 豆乳杏仁フルーツ	牛乳 豚肉 かまぼこ 鶏肉 わかめ 豆乳	米 ごま油 かたくり粉 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 えのきたけ にら とうもろこし みかん バイン 黄桃	ふんわりソフトせん	お米deメープルマフィン
27	火	ごはん 牛乳 肉団子 五目汁 ごま和え	牛乳 味付け肉団子 鶏肉 豆腐 油揚げ かまぼこ	米 さとう ごま	はくさい しめじ ねぎ キャベツ もやし ほうれんそう	ポテトとほうれん草の おせんべい	シュークリーム
28	水	ドッグパン 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	ドッグパン 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	ヨーグルト いちごソース	おせんべい サラダ味 赤ぶどうジュース100ml
29	木	ごはん 牛乳 和風炒り豆腐包み焼き 豚汁 ゆかり和え	牛乳 豚肉 油揚げ 和風炒り豆腐包み焼き みそ	米 さともい	こんにやく だいこん ごぼう ねぎ はくさい きゅうり もやし 赤しそ粉	野菜ハイハイン	さつまポテト
30	金	ごはん 牛乳 鶏肉の唐揚げ(若鶏の照り焼き) パンブキンスープ イタリアンサラダ	牛乳 鶏肉 ベーコン	米 かたくり粉 揚げ油 ドレッシング 米粉ホワイトルウ	にんにく しょうが 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	サクッとあられ	りんごゼリー
31	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	ソフトな塩せん	もち小丸 花せんべい

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。

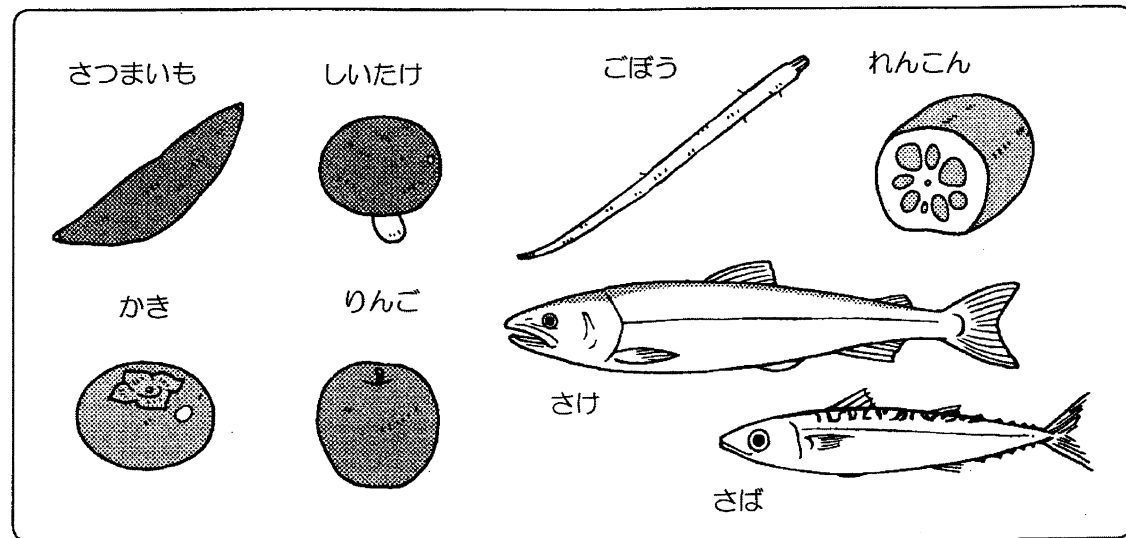
毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。



実りの秋・食欲の秋

暑さもやわらぎ、子ども達の食欲も増してくる季節になりました。おいしくて栄養価も高い時期である「旬」の味覚を取り入れ、秋を感じてみましょう。

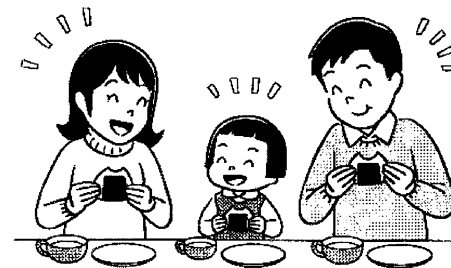
秋が旬の食材



秋は他にも多くの食材が旬をむかえます。新米で炊き込みごはんにしたり、果物をおやつに食べたり、秋の味覚を存分に味わいましょう。

みんなで食べるとおいしいね

家族や友だちなど、身近な人と食卓を囲む経験が、子どもには欠かせません。楽しく食事をすることで、食欲が増したり、新しい味を覚えたり、安心感や信頼を深めていくことができます。



食事環境をととのえましょう

一緒に食事ができる時は、会話を楽しむためにも、テレビやタブレットはスイッチ OFF に。食事前に遊んでいたおもちゃは、まとめて箱に入れるなど、子どもの目につかないように片付け、落ち着いて食事ができるようにしてあげましょう。

参考資料 「たのしくたべようニュース」