

令和8年10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
1	木	中華めん しょうゆラーメン 春巻き 牛乳 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
2	金	ごはん 豚肉のしょうが炒め 白みそ汁 牛乳 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
5	月	ごはん さばみそ煮 けんちん汁 牛乳 磯和え	牛乳 さばみそ煮 鶏肉 豆腐 油揚げ のり	米 さといも 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
6	火	デニッシュパン 照り焼きチキン コーンスープ 牛乳 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
7	水	ごはん チャーハン しゅうまい 牛乳 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
8	木	ごはん ホキフライ どさんこ汁 牛乳 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
9	金	ごはん 鶏そぼろ丼 すまし汁 牛乳 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
13	火	ごはん ハンバーグ和風ソース 牛乳 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
14	水	ごはん カレーライス 牛乳 ポイルウインナー コーンサラダ 柿	牛乳 豚肉 ポークスチーフウインナー	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
15	木	ごはん さんまおかか煮 牛乳 のっぺい汁 お浸し	牛乳 さんまおかか煮 鶏肉 豆腐	米 さといも 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
19	月	ごはん いわし梅煮 牛乳 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
20	火	ごはん ハヤシライス 牛乳 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
22	木	白玉うどん 牛乳 あんかけうどん 大学芋 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
23	金	ごはん コーンピラフ 牛乳 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
26	月	ごはん 中華飯 牛乳 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 パイン 黄桃
27	火	ごはん 肉団子 牛乳 五目汁 ごま和え	牛乳 味噌汁肉団子 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
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
29	木	ごはん 和風炒り豆腐包み焼き 牛乳 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 さといも	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ はくさい きゅうり もやし 赤しそ粉
30	金	ごはん 鶏肉の唐揚げ 牛乳 パンプキンスープ 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

※都合により献立を変更する場合があります。

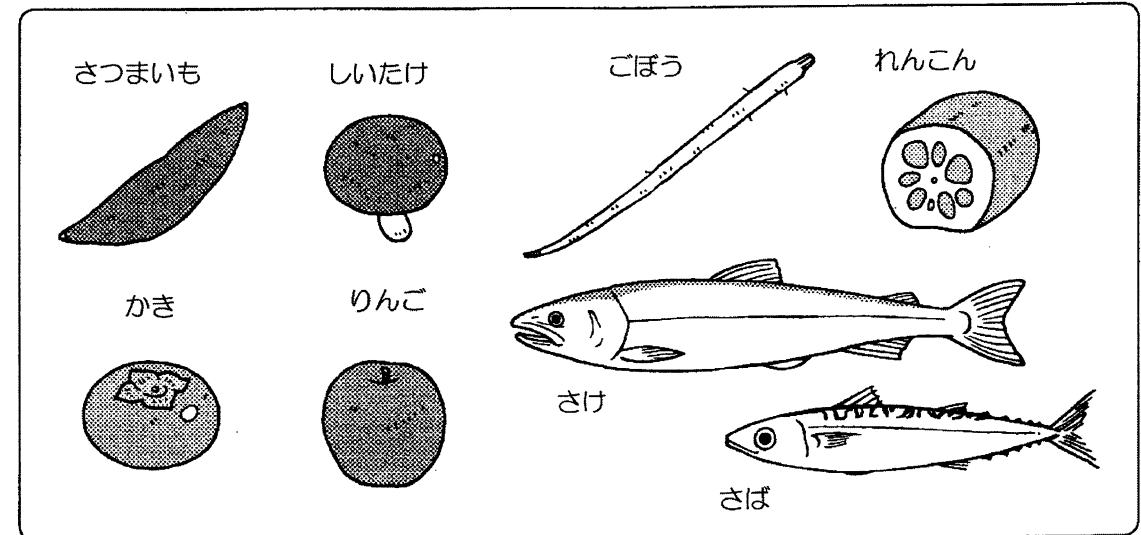
毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です。



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。

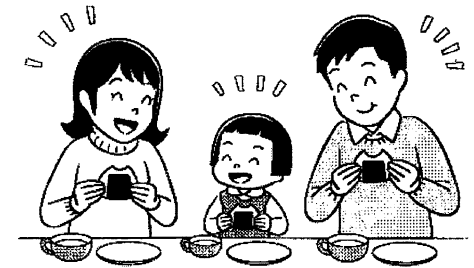
秋が旬の食材



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。