



令和6年2月保育園給食献立表



春日井市青少年子ども部保育課

Table with columns for Day, Time, Dish Name, Ingredients, and Nutritional Value (Energy, Protein, Fat, Calcium, Iron). Rows include meals for 1st, 2nd, 3rd, 5th, 6th, 7th, 8th, 9th, 10th, 26th, 13th, 14th, and 29th.

※「塩」は味の調整に随時使用します。 ※「酢」は運根・牛蒡等の褐変防止に随時使用します。 ※「米・牛乳(10)・鶏肉・小麦粉・米粉・卵」の産地は年間を通じて愛知県産の予定です。 ※ 材料の都合上、献立が急ぎ変更になる場合があります。

季節の行事「節分」

節分とは、立春の前日をいいます。季節の変わり目、冬から春になる節目の日です。節分の日には、邪気を祓う行事が行われます。

豆まき

「鬼は外、福は内」と言いながら大豆をまき、災いをもたらすとされる鬼を追い払い、福を呼び込みます。家族の健康や幸せへの願いが込められています。炒った大豆を自分の年齢の数だけ食べると、1年間を健康に過ごせるとも言われています。

いわし

鬼を家に入れないようにするため、いわしの頭を枝の枝に刺し、玄関に飾る風習があります。いわしは焼くと臭いが強くなるため、焼きたいわしの頭の臭いで、鬼を近づけないようにし、枝の葉の鋭いトゲで鬼の目を刺し、鬼を追い払うと言われています。



大豆は畑の肉と言われ、たんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラル、食物繊維を多く含みます。みそや醤油、豆腐など大豆はいろいろな食材の原料にもなっています。お買い物で大豆が原料の食材を探してみましょう。





# 令和6年2月保育園給食献立表 離乳食(後期・中期)



\*\*\*粉ミルクは午前・昼食・午後につきます\*\*\*

春日井市青少年子ども部保育課

日曜	時間	献立	材 料 名			
			黄色の食品 熱や力になるもの	赤の食品 血や肉や骨になるもの	緑の食品 体の調子を整えるもの	その他 (調味料等)
1 木	15 木	午前 菓子	かぼちゃ&にんじんリング			
		昼食 お粥	米			
		大豆の含め煮 野菜スープ		大豆		和風だし、醤油 野菜スープ
	午後	菓子	たまごボーロ			
2 金	16 金	午前 菓子	お野菜すなっく南瓜お芋			
		昼食 野菜おじや	米	鰹粉、昆布	大根、人参、葱、えのき茸、椎茸	醤油
		魚のコーンクリーム煮 みかん		かれい	ブロッコリー みかん	コーンクリームスープ
	午後	菓子	鉄分入りソフトおせんべい			
3 土	17 土	昼食 煮込みうどん	うどん	鶏肉、花鰹	人参、玉葱、キャベツ、椎茸	醤油
		オレンジ			オレンジ	
		午後	菓子	しらす&わかめせんべい		
5 月	19 月	午前 菓子	カルシウムおせんべい			
		昼食 お粥	米			
		野菜そぼろ煮 キャベツ煮	じゃが芋、砂糖	鶏肉、鰹粉	玉葱、人参 キャベツ、白菜	醤油 コンソメ
	午後	菓子	お野菜せんべい法連草人参			
6 火	20 火	午前 菓子	小魚ひじきおこめせん			
		昼食 豆腐と野菜のおじや	米	豆腐	人参、茄子、葱、椎茸	
		野菜スープ でこぼん			人参、玉葱、小松菜 でこぼん	コンソメ
	午後	菓子	ほうれん草と小松菜せんべい			
7 水	21 水	午前 菓子	ポテトとほうれん草のおせんべい			
		昼食 お粥	米			
		煮魚 みそ汁	砂糖	かれい	キャベツ 煮干、昆布、みそ	醤油
	午後	菓子	お野菜すなっく人参トマト			
8 木	22 木	午前 菓子	ひじきと青のりおせんべい			
		昼食 お粥	米			
		野菜のクリーム煮 里芋の煮物		鶏肉 鰹粉	キャベツ、人参 大根、人参	ホワイトソース
	午後	菓子	南瓜きんとん	砂糖	南瓜	
9 金		午前 菓子	ソフトな小魚せん			
		昼食 魚入りおじや	米、じゃが芋	かれい		
		煮野菜 伊予柑			法連草、白菜、玉葱、人参、エリンギ 伊予柑	野菜スープ
	午後	菓子	野菜入りソフトおせんべい			
10 土	24 土	昼食 豆腐入り野菜おじや	米	豆腐	玉葱、白菜、青梗菜、人参、椎茸	コンソメ、醤油
		みかん			みかん	
		午後	菓子	6つの野菜おせんべい		
26 月		午前 菓子	かぼちゃ&にんじんリング			
		昼食 お粥	米			
		ツナのとまと煮 煮キャベツ		鮪水煮	玉葱、トマト キャベツ、人参	野菜スープ
	午後	菓子	小魚せんべい			
13 火	27 火	午前 菓子	お野菜せんべい法連草人参			
		昼食 お粥	米			
		魚のコーンクリーム煮 野菜の煮物		かれい	キャベツ 玉葱、人参、葱、マッシュルーム	コーンクリームスープ
	午後	菓子	カルシウムおせんべい			
14 水	28 水	午前 菓子	お魚すなっく			
		昼食 人参粥	米		人参	
		豆腐入り野菜汁		豆腐、鰹粉	玉葱、青梗菜	
	午後	菓子	ひじきと青のりおせんべい			
29 木		午前 菓子	ひじきせんべい			
		昼食 そぼろがゆ	米、じゃが芋	鶏肉	玉葱、人参	
		野菜スープ 煮りんご	砂糖		キャベツ、人参、エリンギ りんご	コンソメ
	午後	菓子	緑黄色野菜ボーロ			

※削り節・花かつお・昆布・きのこ類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。  
※材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

### ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

- 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
- ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

**1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。**





# 令和6年2月保育園給食献立表 離乳食(初期)



\*\*\*粉ミルクは午前・昼食・午後につきます\*\*\*

春日井市青少年子ども部保育課

日曜	時間	献立	材 料 名				
			黄色の食品 熱や力になるもの	赤の食品 血や肉や骨になるもの	緑の食品 体の調子を整えるもの	その他 (調味料等)	
1 木	15 木	朝食	お粥	米			
		煮豆腐		豆腐			
		野菜スープ			玉葱、南瓜、法連草、人参、エリンギ	野菜スープ	
2 金	16 金	朝食	野菜おじや	米	鰹粉、昆布	大根、人参、えのき茸、椎茸	
		魚のコーンクリーム煮		かれい	ブロッコリー	コーンクリームスープ	
		みかん			みかん		
3 土	17 土	朝食	煮込みうどん	うどん	かれい、花鰹	人参、玉葱、キャベツ、椎茸	
		オレンジ			オレンジ		
5 月	19 月	朝食	お粥	米			
		豆腐と野菜煮	じゃが芋	豆腐、鰹粉	玉葱、人参		
		キャベツ煮			キャベツ、白菜	コンソメ	
6 火	20 火	朝食	豆腐と野菜のおじや	米	豆腐	人参、椎茸	
		野菜スープ			人参、玉葱、小松菜	コンソメ	
		でこぼん			でこぼん		
7 水	21 水	朝食	お粥	米			
		煮魚		かれい	キャベツ		
		野菜汁		煮干、昆布	玉葱、人参、大根、青梗菜、しめじ		
8 木	22 木	朝食	お粥	米			
		野菜のクリーム煮		豆腐	キャベツ、人参	ホワイトソース	
		里芋の煮物	里芋	鰹粉	大根、人参		
9 金	23 金	朝食	魚入りおじや	米、じゃが芋	かれい		
		煮野菜			法連草、白菜、玉葱、人参、エリンギ	野菜スープ	
		伊予柑			伊予柑		
10 土	24 土	朝食	豆腐入り野菜おじや	米	豆腐	玉葱、白菜、青梗菜、人参、椎茸	コンソメ
		みかん			みかん		
11 月	26 月	朝食	お粥	米			
		魚のトマト煮		かれい	玉葱、トマト	野菜スープ	
		煮キャベツ			キャベツ、人参		
13 火	27 火	朝食	お粥	米			
		魚のコーンクリーム煮		かれい	キャベツ	コーンクリームスープ	
		野菜の煮物			玉葱、人参、マッシュルーム		
14 水	28 水	朝食	人参粥	米		人参	
		豆腐入り野菜汁		豆腐、鰹粉	玉葱、青梗菜		
15 木	29 木	朝食	豆腐がゆ	米、じゃが芋	豆腐	玉葱、人参	
		野菜スープ			キャベツ、人参、エリンギ	コンソメ	
		煮りんご			りんご		

※削り節・花かつお・昆布・きのこ類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。

※材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

## \*\*\*\*\* 離乳食の進め方 \*\*\*\*\*



初期(5~6か月)は1回食で、ドロドロにしたものを飲み込みます。中期(7~8か月)は2回食。上あごと舌で押しつぶしながら飲み込みます。この時期にはたんぱく質も与え、薄い塩味をつけます。後期(9~11か月)は3回食。歯ぐきでつぶしながらさまざまな味や感触も楽しめます。ここまでの離乳食は毎食ミルクとセットですが、移行食(12~18か月)のころは1日3回の食事とおやつで十分になります。



モグ モグ



カミ カミ



## \*\*\*\*\*

### ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

- 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ポツリ又ス症にかかることがあります。
- ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ポツリ又ス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

**1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。**

