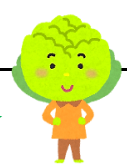




	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)
	22日(水)	23日(木)	16日(木)	20日(月)	21日(火)	24日(金)
献立	御飯 かれのい煮付け 小松菜のツナマヨサラダ (マヨドレ) だいこんと揚げのみそ汁 普・粗・押し;ピスコ ペ・管;お水のゼリー (ピーチ)	御飯 すずきのムニエル (片栗粉) 切り干し大根の煮物 玉ねぎとわかめのみそ汁 普・粗・押し;ミルクス ティック ペ・管;お水の ゼリー(マスカット)	パン(イエローロール) ハンバーグ (卵、パン粉、牛乳なし) フライドポテト きゃべつとにんじんの コンソメスープ 果物(りんご)	御飯 肉じゃが きゅうりとわかめの酢の物 えのきと豆腐のみそ汁 果物(オレンジ)	御飯 鶏の竜田揚げ ひじきの煮物 豆腐とたまねぎのみそ汁 果物(りんご)	新じゃがカレー 豆腐と大根の コンソメスープ 果物(りんご)
	材料	精白米 かれのい かつお・昆布だし 本みりん こいくちしょうゆ 料理酒 三温糖 カットわかめ こまつな ツナ缶 日清 マヨドレ こいくちしょうゆ すりみそ かつお・昆布だし だいこん 油揚げ かわれ ピスコ お水のゼリー(ピーチ)	精白米 すずき 食塩 こしょう 片栗粉 有塩バター きゅうり こいくちしょうゆ 切り干し大根 にんじん 竹輪(卵不使用) かつお・昆布だし サラダ油 三温糖 本みりん こいくちしょうゆ すりみそ かつお・昆布だし たまねぎ カットわかめ えのきたけ ミルクスティック お水のゼリー(マスカット)	NEGイエロー 牛ももミンチ 豚ももミンチ たまねぎ 豆腐(絹ごし) 片栗粉 食塩 こしょう トマトケチャップ きゅうり こいくちしょうゆ じゃがいも 片栗粉 サラダ油 食塩 味の素KKコンソメ 水 食塩 キャベツ にんじん パセリ りんご	精白米 サラダ油 牛肉 もも肉 にんじん たまねぎ じゃがいも かつお・昆布だし 三温糖 本みりん 食塩 こいくちしょうゆ きゅうり ちりめんじゃこ カットわかめ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ すりみそ かつお・昆布だし えのきたけ 豆腐(絹ごし) オレンジ	精白米 鶏もも皮なし しょうが こいくちしょうゆ 料理酒 片栗粉 サラダ油 ブロッコリー いりごま こいくちしょうゆ 芽ひじき 油揚げ にんじん ピーマン 料理酒 こいくちしょうゆ 本みりん 三温糖 サラダ油 かつお・昆布だし すりみそ かつお・昆布だし 豆腐(絹ごし) たまねぎ りんご
献立	御飯 さわらのみそ焼き キャベツのコールスロー (マヨドレ) かきたま汁 ジョア(プレーン)	スパゲッティナポリタン 大根のツナ煮 かぼちゃのポタージュ 果物(バナナ)	御飯 サーモンフライ (卵、小麦不使用) キャベツとハムのサラダ (マヨドレ) 豆腐とわかめのみそ汁 プリン			
材料	精白米 さわら すりみそ 本みりん 三温糖 にんじん キャベツ きゅうり 冷凍コーン レモン果汁 日清 マヨドレ 牛乳 はちみつ かつお・昆布だし 食塩 こいくちしょうゆ えのきたけ 片栗粉 鶏卵 ジョア(プレーン)	スパゲッティ ウインナー(卵不使用) たまねぎ ピーマン トマトケチャップ 味の素KKコンソメ 上白糖 食塩 有塩バター こしょう だいこん にんじん ツナ缶 味の素KKコンソメ 本みりん こいくちしょうゆ かぼちゃ たまねぎ 味の素KKコンソメ 牛乳 食塩 こしょう 有塩バター 水 バナナ	精白米 トウモロコシ 食塩 こしょう 片栗粉 牛乳 コーンフレーク サラダ油 じゃがいも サラダ油 食塩 キャベツ ロースハム 冷凍コーン 日清 マヨドレ すりみそ かつお・昆布だし 豆腐(絹ごし) カットわかめ たまねぎ とろけるプリン(卵不使用) 牛乳 バナナ らくらくホイップ			

★地元のおやさい使っています!
(普賢寺ふれあいの駅より納品)
精白米 すりみそ キャベツ



★食育の取組★「給食の役割」

○ 良い食事習慣をつける場 ○
決まった時間に食事を摂り、空腹感と満腹感を感じることで、食事のリズムをつけます。
いろいろな食材、メニューを経験することで、食材をバランスよく食べることが少しずつ身に付けていきます。
食べる時は座ることを習慣にしていきます。

○ 食べる練習の場 ○
手づかみやスプーン、フォークを用いて、自分でも食べる練習をします。
カミカミ、モグモグ、ゴックンが上手にできるように、食材の大きさやとろみの具合を調整します。

○ 楽しい食事の経験の場 ○
お友達や先生と一緒に給食を食べ、「おいしいね!」と共感し、食事が楽しい場であることを経験します。

こんなときは、栄養士にお気軽にご相談ください!
(給食時間にはお部屋を見て回っています。個別で食事・栄養相談も受け付けています。)

例えば

- ・離乳食の進め方今のままでいいの?
- ・食べやすくするにはどうしたらいいの?
- ・食事やミルクの量がわかりにくい!
- ・とろみをつけるものは何を買ったらいいの?
- ・偏食がひどく、何を食べさせたら良いかわからない!
- ・アレルギーの除去がわからない!



お楽しみ給食
「お花見」

*献立、食材は都合により変更になることがあります
<今月の栄養価(米飯、普通食を全量摂取した場合)>

エネルギー 373Kcal	タンパク質 14.9g	脂質 10.8g	カルシウム 97mg	鉄 1.7mg	ビタミンA 139μg
ビタミンB1 0.2mg	ビタミンB2 0.18mg	ビタミンC 26mg	食物繊維 3.1g	食塩相当量 2.2g	