

移行食献立

日曜	献立	主食	おやつ	
1月	和風ピラフ風まぜごはん, ブロッコリーと人参のサラダ, スープ	ごはん	バナナ・ゼリー	お茶
2火	肉じゃが, みそ汁, オレンジ	ごはん	ピンキーパン	牛乳
3水	鶏肉と野菜のうま煮, ツナとコーンのサラダ, ミニトマト, みそ汁	ごはん	ホットケーキ	牛乳
4木	ジャーマンポテト, 納豆, スープ, バナナ	ごはん	ジャムサンド	牛乳
5金	カレーライス, キャベツとコーンのサラダ, スイカ	ごはん	七夕うどん	お茶
6土	ハヤシライス, オレンジ	ごはん		
7日				
8月	鶏肉のクリーム煮, きゅうりと卵のサラダ, 菜めし	ごはん	バナナ・ゼリー	お茶
9火	豚肉と野菜の炒め煮, みそ汁	ごはん	バナナケーキ	牛乳
10水	じゃがいものグラタン風, キャベツのスープ, ゆかりご飯, オレンジ	ごはん	冷やしうどん	お茶
11木	肉じゃがカレー風味, みそ汁, バナナ	ごはん	ジャムサンド	牛乳
12金	トマトピラフ風まぜごはん, フレンチサラダ, オクラスープ	ごはん	バナナ・ゼリー	お茶
13土	きつねうどん, オレンジ	めん		
14日				
15月				
16火	お弁当の日		スティックパン	牛乳
17水	ひじきの炒り煮, 納豆, みそ汁	ごはん	バナナ	牛乳
18木	豚肉と野菜の中華風炒め煮, みかんときゅうりの和え物, みそ汁	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁
19金	ドライカレー風, キャベツとコーンのサラダ, スープ	ごはん	バナナ・ゼリー	お茶
20土	肉うどん, ヨーグルト和え	めん		
21日				
22月	親子煮, 野菜の和風マヨ和え, みそ汁	ごはん	うどん	お茶
23火	豚肉と野菜のケチャップ炒め, スープ, オレンジ	ごはん	バナナ	牛乳
24水	じゃがいものそぼろ煮, おひたし, 納豆, みそ汁	ごはん	バナナ・ゼリー	お茶
25木	カレーライス, フルーツポンチ	ごはん	ジャムサンド	牛乳
26金	高野豆腐のそぼろ煮, ツナひじきサラダ, みそ汁	ごはん	小倉蒸しパン	牛乳
27土	親子うどん, バナナ	めん		
28日				
29月	骨太ごはん, ポテトサラダ, すまし汁, オレンジ	ごはん	ふかし芋	牛乳
30火	豆腐の肉みそがけ, スープ, バナナ	ごはん	うどん	お茶
31水	ミートボールと野菜のうま煮, にんじんサラダ, ミニトマト, みそ汁, ひとくちゼリー	ごはん	ゼリーフルーツのせ	牛乳

食育クイズ♪

夏といえば「スイカ」！！
スイカの一番甘い部分はどこでしょうか？



スイカは実の外側から内側に向かってだんだん甘くなっていき、スイカの中心が一番甘くなるようになっています。
これは動物がスイカを外側から食べて、食べ進めるとどんどん甘くなっていき最後まで飽きずに食べてもらうことが目的だそうです。
スイカからすると、たくさん食べてもらったほうが子孫が残りやすくなるからです。

- ①たねの周り ②中心 ③皮の近く

正解は②中心