

きゅうしよくたより

日曜	献立	主食	おやつ	
1 土	親子うどん, オレンジ	めん		
2 日				
3 月	ちらし寿司, 菜の花のごま和え, すまし汁	ごはん		牛乳
4 火	鶏ひじきごはん, おかか和え, みそ汁	ごはん		カルピス
5 水	鮭のマリネ, ミニトマト, みそ汁, 菜めし	ごはん		うどん
6 木	拌八宝, 納豆, みそ汁	ごはん		お茶
7 金	おでん, ひじきサラダ, りんご	ごはん		ジャムサンド
8 土	カレーうどん, バナナ	めん		牛乳
9 日				
10 月	グラタン, キャベツのスープ, ゆかりごはん, オレンジ	ごはん		お茶
11 火	鶏肉のクリーム煮, キャベツとコーンのサラダ, わかめごはん	ごはん		牛乳
12 水	ギョーザ, ごま和え, 納豆, みそ汁	ごはん		お茶
13 木	ドライカレー, わかめときゅうりのごま酢和え, スープ	ごはん		みたらし団子 た、す: ヨーグ
14 金	ビビンバ丼, スープ, バナナ	ごはん		牛乳
15 土	ハヤシライス, オレンジ	ごはん		野菜果汁
16 日				チーズ蒸しパン
17 月	鮭のケチャップあん, ミモザサラダ, みそ汁	ごはん		牛乳
18 火	イタリアンスパゲッティ, ごぼうサラダ, スープ	めん		おはぎ
19 水	お楽しみメニュー			お茶
20 木				おにぎり
21 金	ハンバーグ, ブロッコリー, ミニトマト, みそ汁	ごはん		フルーツサンド
22 土	卒園式			カルピス
23 日				
24 月	和風ピラフ, 磯香サラダ, スープ	ごはん		焼きそば
25 火	親子丼, お浸し, みそ汁	ごはん		牛乳
26 水	コロッケ, きゅうりと黒ごまのサラダ, 納豆, みそ汁	ごはん		ホットケーキ
27 木	五目鶏ごはん, ゆかり和え, かきたま汁	ごはん		お好み焼き
28 金	かじきのバーベキュー風, 小松菜のサラダ, みそ汁	ごはん		牛乳
29 土	きつねうどん, バナナ	めん		ジャムサンド
30 日				牛乳
31 月	豚丼, みそ汁, オレンジ	ごはん		お茶
				ピンキーパン

今年度も最後の月となりました。子どもたちは、1年間の様々な行事や活動を通して体も心も大きくなり、たくさんの思い出を作ったことでしょう。給食を食べる量も増え、残さず食べてくれるので、成長した子どもたちの笑顔を見るとうれしく思います。給食が子どもの楽しみの1つになるよう食に興味を持つことができればいいなと思います。

★ 楽しい食事から育つもの

子どもたちに、おいしいものを食べる力だけでなく、**五感をしっかり使った食べ方が必要**です。楽しい食事体験は、五感を育て、食べる意欲を育てます。それには、生活全体を見通した**食育での働きかけが重要**です。

★ 食べる意欲 ⇒ 生きる意欲

食べる意欲の大切さを毎日の生活を通して伝え、わかってもらいましょう！

- ① 幼児期からの食事体験
- ② 家族そろって楽しい食事
- ③ 規則的な生活リズムの確立
- ④ 快眠・快食・快便・自立生活