

# 移行食献立

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	三色ごはん, 菜の花のおかか和え, すまし汁	ごはん	ひなあられ	牛乳
4 火	ひじきの炒り煮, にんじんサラダ, みそ汁	ごはん	バナナ	お茶
5 水	ツナのピラフ風まぜごはん, ミニトマト, みそ汁	ごはん	うどん	お茶
6 木	ジャーマンポテト, 納豆, みそ汁	ごはん	ジャムサンド	牛乳
7 金	おでん, ツナ和風サラダ, りんごのコンポート	ごはん	バナナ・ゼリー	お茶
8 土	カレーうどん, バナナ	めん		
9 日				
10 月	じゃがいものグラタン風, キャベツのスープ, ゆかりごはん, オレンジ	ごはん	ふかし芋	牛乳
11 火	鶏肉のクリーム煮, にんじんサラダ, わかめごはん	ごはん	うどん	お茶
12 水	ミートボールと野菜のスープ煮, 春雨とコーンのマヨ和え, 納豆	ごはん	ヨーグルト和え	お茶
13 木	ドライカレー風, たまごときゅうりのサラダ, スープ	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁
14 金	豚肉ときのこのうま煮, スープ, バナナ	ごはん	チーズ蒸しパン	牛乳
15 土	ハヤシライス, オレンジ	ごはん		
16 日				
17 月	ツナと野菜のトマト風味, ミモザサラダ, みそ汁	ごはん	りんご	牛乳
18 火	トマトピラフ風まぜごはん, もやしのおひたし, スープ	ごはん	バナナ・ゼリー	お茶
19 水	お楽しみメニュー		フルーツサンド	牛乳
20 木				
21 金	ミートボールと野菜のうま煮, ブロッコリー, ミニトマト, みそ汁	ごはん	マスカルポーネパン	牛乳
22 土	卒園式			
23 日				
24 月	和風ピラフ風まぜごはん, ほうれん草のおひたし, スープ	ごはん	バナナ	お茶
25 火	高野豆腐の卵とじ, もやしとにんじんのおかか和え, みそ汁	ごはん	ホットケーキ	牛乳
26 水	じゃがいものそぼろ煮, 納豆, みそ汁	ごはん	りんご	牛乳
27 木	親子煮, ゆかり和え, すまし汁	ごはん	ジャムサンド	牛乳
28 金	ツナポテト, 小松菜のサラダ, みそ汁	ごはん	バナナ・ゼリー	お茶
29 土	きつねうどん, バナナ	めん		
30 日				
31 月	すき煮, みそ汁, オレンジ	ごはん	ピンキーパン	牛乳

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