



# 給食メニュー



にじのはし

日	曜	主食	副食	3時おやつ
1	火	ごはん	みそ汁(チンゲン菜・えのき)、赤魚とごぼうの煮つけ、いんげんと鶏ささみのごま和え、バナナ	牛乳、きなこ豆乳のフレンチトースト
2	水	ごはん	カレーピラフ(ホワイトソースかけ)、わかめスープ、洋なし缶	牛乳、いちごのパウンドケーキ
3	木	パン	白菜の豆乳スープ、ハンバーグ、ブロッコリーのミモザ、オレンジ	牛乳、きつねおにぎり
4	金	ごはん	みそ汁(大根・なめこ)、さけのポテトバター焼き、小松菜のおかか和え、キウイフルーツ	牛乳、おやつ焼うどん
5	土	ごはん	ホワイトシチューライス、野菜スープ、フルーツカクテル	牛乳、マカロニのトマト煮
6	日			
7	月	ごはん	みそ汁(さつま芋・わかめ)、厚揚げの中華煮、白菜のじゃこドレッシング、みかん缶	牛乳、青菜カップケーキ
8	火	ごはん	みそ汁(切干大根・人参)、ほっけの塩焼き、きゅうりの華風サラダ、りんご	牛乳、バナナハードケーキ
9	水	めん	和風スパゲティ、じゃがいもスープ、ほうれん草サラダ、キウイフルーツ	牛乳、シュガーラスク
10	木	パン	コーンクリームスープ、タンドリーチキン、マカロニサラダ、バナナ	牛乳、きな粉のパウンドケーキ
11	金	ごはん	みそ汁(なす・玉ねぎ)、カレイ五目あんかけ、納豆あえ、オレンジ	牛乳、のり塩ポテト
12	土	ごはん	みそ汁(もやし・えのき)、親子煮、キャベツのペーコンドレッシング、バナナ	牛乳、スイートパンプキン
13	日			
14	月	ごはん	けんちん汁、豚こま天、ほうれん草のおかか和え、キウイフルーツ	牛乳、プリン
15	火	ごはん	五目みそ汁、鮭のごま焼き、炒り豆腐、りんご	牛乳、白桃ババロア
16	水	ごはん	大豆カレーライス、きゅうりとコーンのサラダ、ヨーグルトあえ	牛乳、さつま芋蒸しパン
17	木	パン	ポテトスープ、ベーコンオムレツ、ブロッコリーのマヨネーズあえ、オレンジ	牛乳、とりそぼろおにぎり
18	金	ごはん	おかず汁、さばの塩焼き、切干大根の旨煮、もも缶	牛乳、ホットドッグ
19	土	ごはん	ハヤシライス、小松菜のごま和え、バナナヨーグルト	牛乳、ブルーベリージャムサンド
20	日			
21	月	ごはん	みそ汁(小松菜・玉ねぎ)、擬製豆腐、ごぼうとコーンのサラダ、オレンジ	牛乳、どら焼き
22	火	ごはん	豚汁、白身魚のフライ、ひじきとほうれん草のサラダ、キウイフルーツ	牛乳、ピザまん風蒸しパン
23	水	めん	おにぎり、ソース焼きそば、おくらのスープ、りんご	牛乳、チヂミ
24	木	パン	きのこのスープ、キャベツと豚肉の重ね蒸し、かぼちゃのサラダ、パイ缶	牛乳、昆布おにぎり
25	金	ごはん	かき玉汁、ほっけの西京焼き、じゃが芋きんぴら、オレンジ	牛乳、チーズ蒸しパン
26	土	ごはん	キッズビビンバ、中華風コーンスープ、春雨サラダ、バナナ	牛乳、クラッカーサンド
27	日			
28	月	ごはん	豆腐のみそ汁、チキンカツ、ゆで野菜、キウイフルーツ	牛乳、つぶつぶオレンジゼリー
29	火		〈春分の日〉	
30	水	ごはん	みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)、さけの竜田揚げ、ほうれん草の白和え、洋なし缶	牛乳、ツナパン

## 安全でおいしい食事と心と身体の健康を!

当施設では、子どもたちが安心して食べられるよう、安全な食事づくりを第一に考えています。そして、食を通して、食べる楽しさや大切さを伝えていきたいと思っています。安全な給食づくりの工夫と、子どもたちに「おいしい!」と感じてもらうために必要な配慮についてお伝えします。

### ★安全な給食づくりのために

- ・**衛生管理の徹底** 免疫力が未発達な乳幼児は、食中毒菌に感染すると、大人よりも重症化しやすく、命に関わるケースもあります。そのため、当施設の給食づくりでは、徹底した衛生管理を行っています。
- ・**誤嚥予防** 誤嚥とは、食べ物や異物が気管に入ってしまうことで、窒息や肺炎などの原因となることがあります。咀嚼嚥下機能が未発達な乳幼児期への食事提供は重要です。



#### 食べ物

一口で食べられる大きさにカット。または、かじり取りができる形

硬いもの、喉に詰まりやすい形状のもの避ける

一度に口に入れる量を少なくするように支援

#### 環境

正しい姿勢で座る

気が散るものが目に入らないようにする

笑わせたり、びっくりさせたりしない

食べ物を口に入れたまま席を立たない