



にじのおと

日	曜	主食	副食	3時おやつ
1	土	ごはん	カレーライス、白菜とハムのサラダ、いちごヨーグルト	牛乳、ホットケーキ
2	日			
3	月	ごはん	豆腐と油揚げのみそ汁、チキンカツ、ゆで野菜、バナナ	牛乳、つぶつぶ人参ゼリー
4	火	ごはん	チンゲン菜とえのきのみそ汁、赤魚とごぼうの煮つけ、いんげんと鶏ささ身のごまあえ、りんご	牛乳、フレンチトースト
5	水	ごはん	チャーハン、わかめスープ、マーボー豆腐、ほうれん草のナムル、洋なし缶	牛乳、チーズ蒸しパン
6	木	パン	白菜の豆乳スープ、煮込みハンバーグ、ブロッコリーのミモザサラダ、オレンジ	牛乳、豆乳もち
7	金	ごはん	大根となめこのみそ汁、さけのポテトバター焼き、小松菜のおかかあえ、キウイフルーツ	牛乳、おやつ焼きうどん
8	土	ごはん	もやしとえのきのみそ汁、親子煮、キャベツのベーコンドレッシング、バナナ	牛乳、スイートパンプキン
9	日			
10	月	ごはん	さつま芋とわかめのみそ汁、厚揚げの中華煮、白菜のゆかりあえ、みかん缶	牛乳、青菜カップケーキ
11	火	ごはん	切干し大根と人参のみそ汁、さばのカレー揚げ、きゅうりの華風サラダ、りんご	牛乳、いちごババロア
12	水	めん	ケチャップスパゲティー、野菜スープ、ほうれん草のサラダ、キウイフルーツ	牛乳、シュガーラスク
13	木	パン	コーンクリームスープ、チキンのチーズ焼き、マカロニサラダ、バナナ	牛乳、とりそぼろおにぎり
14	金	ごはん	なすと玉ねぎのみそ汁、カレイの五目あんかけ、納豆あえ、オレンジ	牛乳、きな粉ポテト
15	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
16	日			
17	月	ごはん	けんちん汁、豚こま天、キャベツの胡麻マヨネーズあえ、キウイフルーツ	牛乳、プリン
18	火	ごはん	五目みそ汁、鮭のごま焼き、炒り豆腐、もも缶	牛乳、バナナハードケーキ
19	水	ごはん	大豆カレーライス、きゅうりとコーンのサラダ、フルーツヨーグルト	牛乳、さつまいもドーナツ
20	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、みたらし団子
21	金	ごはん	おかず汁、さばの塩焼き、切干大根の旨煮、りんご	牛乳、おやつホットドッグ
22	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
23	日			
24	月	ごはん	小松菜と玉ねぎのみそ汁、ぎせい豆腐、ごぼうとコーンのサラダ、オレンジ	牛乳、どら焼き
25	火	ごはん	豚汁、白身魚のフライ、ひじきとキャベツのサラダ、キウイフルーツ	牛乳、ピザトースト
26	水	めん	おにぎり、ソース焼きそば、たまごスープ、りんご	牛乳、フルーツゼリー
27	木	パン	きのこスープ、キャベツと豚肉の重ね蒸し、かぼちゃサラダ、パイン缶	牛乳、昆布おにぎり
28	金	ごはん	五目かき玉汁、鮭のみそマヨネーズ焼き、じゃが芋のきんぴら、バナナ	牛乳、パウンドケーキ
29	土		〈春分の日〉	
30	日			

給食をおいしく食べる

子どもは、毎日の生活と遊びの中で様々な体験を積み重ねて、健康的な嗜好を食習慣の基礎を築きます。給食はまさに「食べる教材」です。施設では、「おいしく食べる」ことができるように、様々な点に配慮しながら食事支援をしています。

★「おいしく食べる」ために大切な3つの要因
施設では、行動に影響を与える「3つの要因(前提要因・強化要因・現実要因)」に配慮し、積極的に働きかけることで、「おいしく食べる」という行動を増やすように努めています。

