
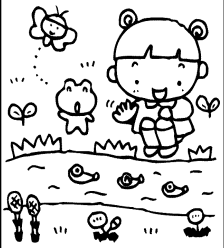



給食						
	<p>今年度も残すところ1ヶ月となりましたね。この1年間で大きく成長した子どもたち。昨年の4月に比べて給食の食べる量は増え、残さずなんでも食べられるようになってきています。好き嫌いを克服した！という子どもも多いのではないのでしょうか。</p> <p>毎日クラスでお友達と先生と一緒に食べる給食や、クッキングや菜園活動などの様々な食育活動を通じて、どんな食材も「おいしい」と感じられる豊かな味覚を持つ人に育ってほしいと願っています。</p>					
食材						
	<p>ずき焼き風煮 かきたま汁 ごはん</p> <p>菜の花うどん いなり寿司</p> <p>マカロニグラタン 白菜としめじのスープ</p>					
おやつ	<p>マドレーヌ 牛乳</p> <p>フレッシュいちごゼリー 肝油</p>					
食材	<p>ホットケーキミックス 有塩バター 卵 砂糖</p> <p>いちご 砂糖 粉ゼラチン</p> <p>マカロニ 鶏肉 玉葱 ほうれん草 人参 コンソメ ホワイトソース 牛乳 ナチュラルチーズ パン粉</p> <p>白菜 しめじ コンソメ</p> <p>マカロニ 鶏肉 玉葱 ほうれん草 人参 コンソメ ホワイトソース 牛乳 ナチュラルチーズ パン粉</p>					

給食	3/5(月)	3/6(火)	3/7(水)	3/8(木)	3/9(金)	3/10(土)
給食	鮭の塩焼き 小松菜とちくわのお浸し 豚汁 ごはん	豚肉と野菜の味噌炒め 白菜とわかめの味噌汁 ごはん	麻婆丼 春雨サラダ いりこ	鶏の唐揚げ ブロッコリーサラダ 野菜スープ ごはん	牛丼 胡瓜とかにかまの酢の物 キャベツとえのきの味噌汁	お弁当の日
食材	秋鮭 小松菜 人参 ちくわ だし粉 醤油 砂糖	豚肉 厚揚げ 玉葱 キャベツ しめじ 人参 ピーマン 味噌 砂糖 みりん 醤油 ごま油	合挽ミンチ 乾燥大豆 豆腐 葱 シャンタン 片栗粉 米	鶏もも肉 料理酒 醤油 コンソメ 片栗粉 キャノーラ油	牛肉 玉葱 人参 だし粉 醤油 砂糖 米	鶏肉と里芋の旨煮 南瓜と小松菜の味噌汁 ひじきごはん
おやつ	大学芋 麦茶	りんごケーキ 牛乳	サクサクハーブブレッド 牛乳	プリン	ケーキサレ りんごジュース 肝油	ピピンパ丼 中華スープ
食材	さつま芋 キャノーラ油 砂糖 黒ゴマ	りんご ホットケーキミックス 卵 キャノーラ油 牛乳 砂糖	食パン オリーブオイル クレイジーソルト	プリンミックス オレンジゼリー	ホットケーキミックス 玉葱 ほうれん草 コーン トマト ペーコン	牛肉 焼肉のたれ もやし 人参 小松菜 鶏がらスープ ごま油 白ごま 米

給食	3/12(月)	3/13(火)	3/14(水)	3/15(木)	3/16(金)	3/17(土)
給食	ふくさ焼き キャベツの塩昆布和え さつま芋の味噌汁 ごはん	中華丼 わかめスープ いりこ	遠足	さばの竜田揚げ 和風トマトサラダ 大根とわかめの味噌汁 ごはん	鶏肉と里芋の旨煮 南瓜と小松菜の味噌汁 ひじきごはん	ピピンパ丼 中華スープ
食材	卵 木綿豆腐 鶏ミンチ 乾燥大豆 干し椎茸 人参 葱 白ごま 味噌 砂糖 だし粉	豚肉 白菜 玉葱 筍水煮 干し椎茸 人参 ピーマン シャンタン 片栗粉 米	さば 醤油 みりん 料理酒 片栗粉 キャノーラ油	トマト 胡瓜 レタス 和風ドレッシング	鶏肉 里芋 大根 人参 だし粉 醤油 砂糖	牛肉 焼肉のたれ もやし 人参 小松菜 鶏がらスープ ごま油 白ごま 米
おやつ	フライドポテト オレンジジュース	キャベツ焼き 麦茶		黒糖ミルク蒸しパン 牛乳	みかんゼリー 肝油	青梗菜 人参 干し椎茸 豆腐 鶏がらスープ 醤油
食材	冷凍カットポテト キャノーラ油 塩	キャベツ 天かす ちくわ 卵 薄力粉 だし粉		ホットケーキミックス 黒糖 牛乳	みかん缶 オレンジジュース 砂糖 粉ゼラチン	

給食	3/19(月)	3/20(火)	3/21(水)	3/22(木)	3/23(金)	3/24(土)
給食	白身魚の味噌マヨ焼き	焼肉炒め		えびフライカレー	チキンチャップ	

給食	いんげんのゴマ和え もやしと厚揚げの味噌汁 ごはん	春雨スープ わかめごはん	春分の日	野菜サラダ オレンジ	ほうれん草のソテー きのこの味噌汁 ごはん	卒園式
食材	ホキ 味噌 マヨネーズ 除去 いんげん 人参 白ごま だし粉 醤油 砂糖 もやし 厚揚げ 葱 煮干し 味噌 米	牛肉 玉葱 もやし しめじ 人参 ピーマン 焼肉のたれ ごま油 春雨 青梗菜 人参 鶏がらスープ 醤油 米 わかめごはんの素		豚肉 玉葱 じゃが芋 人参 カレールウ カレー粉 米 冷凍えびフライ ホキ キャノーラ油 キャベツ 胡瓜 人参 和風ドレッシング オレンジ	鶏もも肉 コンソメ 薄力粉 ケチャップ 砂糖 醤油 ほうれん草 コーン コンソメ しめじ えのき うすあげ 葱 煮干し 味噌 米	
	おやつ	フルーチェ		チーズ蒸しパン 牛乳 麦茶	じゃこクッキー 牛乳 麦茶	
食材	フルーチェピーチ 牛乳 りんごゼリー	プロセスチーズ 除去 ホットケーキミックス 除去 牛乳 除去 砂糖	ちりめんじゃこ 除去 薄力粉 除去 無塩バター 除去 砂糖	さつま芋 はちみつ レモン汁 砂糖		
3/28(月)		3/27(火)	3/28(水)	3/29(木)	3/30(金)	3/31(土)
給食	そぼろ丼 胡瓜とわかめの酢の物 玉葱とじゃが芋の味噌汁	豆腐ハンバーグ 3色ナムル 白菜とベーコンのスープ ごはん	焼きそば けんちん汁 ふりかけごはん	照り焼きチキン 野菜炒め ほうれん草と厚揚げの味噌汁 ごはん	鮭のちゃんちゃん焼き えのきとわかめのすまし汁 ごはん いりこ	ハヤシライス コーンサラダ
食材	卵 除去 鶏ミンチ 乾燥大豆 だし粉 醤油 砂糖 米 胡瓜 カットわかめ 人参 酢 砂糖 玉葱 じゃが芋 葱 煮干し 味噌	合挽ミンチ 乾燥大豆 豆腐 玉葱 卵 除去 パン粉 コンソメ もやし 小松菜 人参 鶏がらスープ ごま油 白ごま 白菜 ベーコン コンソメ 米	中華種 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 どんかつソース 鶏肉 豆腐 里芋 大根 人参 葱 だし粉 醤油 米 かつおみりんふりかけ	鶏もも肉 料理酒 みりん 醤油 キャベツ 玉葱 もやし 人参 ピーマン コンソメ ほうれん草 厚揚げ 葱 煮干し 味噌 米	秋鮭 キャベツ 玉葱 しめじ 人参 味噌 みりん 砂糖 醤油 えのき カットわかめ 葱 だし粉 醤油 米 食べる煮干し	牛肉 玉葱 人参 マッシュルーム缶 ハヤシライスルー キャベツ 胡瓜 コーン 和風ドレッシング
	おやつ	きな粉トースト 牛乳 麦茶	フルーツヨーグルト	バナナケーキ 牛乳 麦茶	はちみつバターサンド 牛乳 麦茶	大根もち 麦茶 肝油 大根 葱 薄力粉 醤油 みりん 鶏がらスープ
食材	食パン 米粉パン きな粉 除去 無塩バター 除去 砂糖	ヨーグルト 除去 黄桃缶 除去 パイ缶 除去 砂糖	バナナ ホットケーキミックス 除去 無塩バター 除去 牛乳 除去 砂糖	ロールパン 米粉パン はちみつ 除去 無塩バター 除去		

おうちの台所を食育の場に

色々なことに興味を示しなくてもやってみたくなる幼児期。この頃から食材の買い物や食事作り、後片付けなど台所仕事のお手伝いをする事で、食事への関心が高まり、家族の絆が深まると言われています。「まだ小さいから無理」「後片付けが大変」「自分でやったほうが早い」などの理由で子どもたちからお手伝いの機会を奪ってしまっていないですか？ お手伝いの機会は子どもが努力して作り出せるものではないので大人がうまくプロデュースしてあげることがとても大切です。

子どもの学びは模倣から始まります。お母さんがしていることを同じようにやってみたい、という前向きな好奇心を受け止め、運動能力や情緒の発達状況に合った作業を考え、できることから少しずつ、一緒にやってみることから始めましょう。

食に関わるお手伝いをする事で、ものごとをやり通す喜び、人の役に立つ喜びを知るとともに、これからの人生で一生懸命に立つ生活力や正しい食習慣を身につける良いきっかけにもなるはずです。子どもたちが大人になったとき、台所に立って料理をすることが自然とできるようになるには、幼児期から台所仕事に親しみ抵抗をなくしておくことがとても大切です。



