

日	曜	献立名			赤色	黄色	緑色	
		午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉を作る食品	力や体温となる食品	体の調子を整える食品	
2	月	おせんべい	わかめうどん	♪鶏そぼろおにぎり	わかめ 鶏肉	うどん	玉ねぎ 人参 しめじ	
16	月	麦茶	しらすとやさいの煮物	麦茶	豆腐	ごはん	いんげん 小松菜 もやし	
30	月	麦茶	青菜の白和え	オレンジ	しらす	オレンジ	オレンジ	
17	火	バナナ	ごはん(軟飯) かつおバーグ	♪いもち	かつお 納豆	ごはん	玉ねぎ しょうが もやし	
31	火	麦茶	納豆サラダ	麦茶	鶏肉	じゃがいも	胡瓜 たけのこ 人参 えのき	
	火	麦茶	具だくさん汁	人参スティック			キャベツ ねぎ バナナ	
18	水	人参スティック	ごはん(軟飯) 春の八宝菜風	♪南部の新茶蒸しパン	豚肉	ごはん	キャベツ たけのこ 椎茸	
	水	麦茶	ひじきの中華和え	麦茶	ひじき		玉ねぎ 人参 いんげん	
	水	麦茶	ごぼうスープ	寒天ゼリー			ごぼう コーン 茶	
19	木	胡瓜スティック	ごはん(軟飯) カレイのクリーム煮	♪トマトパスタ	カレイ	ごはん	玉ねぎ 人参 胡瓜 コーン	
	木	麦茶	新人参のサラダ	麦茶	豆腐	マカロニ	ニラ 干し椎茸 オレンジ	
	木	麦茶	にら玉スープ	オレンジ				
6	金	オレンジ	ごはん(軟飯) 洋風肉じゃが	♪豆乳杏仁	豚肉	ごはん	玉ねぎ 人参 しめじ 胡瓜	
	金	麦茶	胡瓜のサラダ	麦茶	豆乳	じゃがいも	もやし コーン バナナ	
	金	麦茶	玉ねぎスープ	バナナ			オレンジ	
7	土	おかし	チキンピラフ ツナサラダ	おかし	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参 パセリ	
21	土	麦茶	キャベツのスープ バナナ	牛乳	ツナ		胡瓜 キャベツ バナナ	
9	月	ビスケット	春キャベツのスパゲティ	♪手作りパン	鶏肉	スパゲティ	キャベツ 玉ねぎ コーン	
23	月	麦茶	フレンチサラダ	麦茶			もやし 胡瓜 人参 エリンギ	
	月	麦茶	かぶのスープ	オレンジ			かぶ かぶの葉 オレンジ	
10	火	バナナ	ごはん(軟飯) あじの南蛮酢煮	♪米粉のボンデケーキ	あじ わかめ	ごはん	人参 玉ねぎ ピーマン	
24	火	麦茶	やさいのそぼろ和え	麦茶	豚肉		もやし 胡瓜 しめじ	
	火	麦茶	豆腐のみそ汁	寒天ゼリー	豆腐		バナナ	
11	水	粉ふきいも	ごはん(軟飯) アスパラのソテー	クラッカー	しらす	ごはん	アスパラ 玉ねぎ 人参	
25	水	麦茶	マカロニサラダ	麦茶		じゃがいも	胡瓜 コーン 干し椎茸	
	水	麦茶	新玉ねぎのすまし汁	そらまめ			ねぎ そらまめ	
12	木	胡瓜スティック	ごはん(軟飯) さわらのトマト煮	♪おからスコーン	さわら	ごはん	トマト 玉ねぎ レタス 胡瓜	
26	木	麦茶	レタスの和風サラダ	麦茶	おから	じゃがいも	コーン キャベツ エリンギ	
	木	麦茶	洋風スープ	オレンジ			オレンジ	
13	金	オレンジ	ごはん(軟飯) ツナとキャベツの煮物	♪みかんゼリー	ツナ	ごはん	キャベツ 玉ねぎ 人参	
27	金	麦茶	もやしのおかか和え	麦茶		じゃがいも	もやし 胡瓜	
	金	麦茶	じゃがいものすまし汁	おせんべい			みかん缶 オレンジ	
14	土	おかし	食パン 魚肉ソーセージ	おかし	魚肉ソーセージ	食パン	バナナ	
	土	麦茶	バナナ 野菜ジュース	麦茶				
20	金	★誕生会 お楽しみ給食★						

※5月の「日本の行事食」は「かしわもち」です。4月28日(木)に行ったためありません。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。



♪『いただきます』と『ごちそうさま』♪



4月14日の熊本大地震で救援物資が避難所に均等に届かず、十分に食事がとれていない人が多くいるようです。普段私たちは、当たり前のように食事をしていますが、食べることは生きることです。「いただきます」と「ごちそうさま」の意味をおさらいし、食事の大切さを再確認してみましょう。

- ・私たちは多くの動物、植物の命をいただいています。
- ・私たちの食料となる動植物は多くの畜産農家の方が大事に育ててくれたものです。
- ・私たちが食べている食事はおうちの方はもちろん、外食やお惣菜どれをとっても「人」が作ってくれています。

毎日の食事には多くの命や人が関わっていると思うと無駄にはできません。何も不自由なく日々の食事ができていることに感謝し、「ありがとう」の気持ちをこめて「いただきます」と「ごちそうさま」と挨拶をして楽しい食事の時間にしましょう。

●上手に食べられるようになるには...●

毎日おいしそうに給食やおやつを食べている子どもたちです。4月初めに比べ、手づかみ食べや食具の使い方が上手になってきました。おうちではどうですか?お子さんの食べ方の成長は食事を与える人の関わり方が重要です。「おいしいね」「上手だね」「食べられたね、すごい!」とお子さんをたくさんほめてあげてください。まわり人たちのうれしそうな表情が自信となり、成長へとつながっていきます。



※都合により献立、食材が変更になる場合があります。