

2024年5月 ぴっぴ給食・おやつ献立表

| 月 | 火 | 水 1 | 木 2 | 金 3 |
|---|--|--|---|--|
|  | | *ごはん *回鍋肉 *ジャーマンポテト *わかめスープ *精白米 *豚肉・キャベツ・人参 しめじ *じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン *大根・豆腐・えのき・わかめ おやつ：豆乳フレンチトースト 食パン・豆乳 | *ごはん *コーンとひき肉の炒め物 *人参スープ煮 *けんちん汁 *精白米 *豚ミンチ・コーン缶・人参 玉ねぎ・生姜 *人参・キャベツ・ベーコン *えのき・大根・豆腐 うすあげ おやつ：焼き芋 さつま芋 |  |
| | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | *ごはん *肉じゃが *小松菜ジャコ炒め *みそ汁 *いちご *精白米 *じゃが芋・豚肉・人参 玉ねぎ・糸コン *小松菜・えのき・ジャコ・ごま ごま油 *いちご おやつ：豆腐ドーナツ 餅トク・ミックス・豆腐 | *ごはん *煮魚 *大豆とほうれん草のサラダ *みそ汁 *精白米 *鱈 *大豆・ほうれん草・人参 キャベツ・ツナ缶・ずし酢 おやつ：フルーツ寒 寒天・リゾット・ミカ缶・バナナ | *パン *豆乳シチュー *チリコンカン *さつま芋甘煮 *バナナ *パン *豆乳・じゃが芋・玉ねぎ しめじ・マカニッシュ *豚ミンチ・玉ねぎ・大豆・人参 しめじ・トマト・ケチャップ *さつま芋 *バナナ おやつ：鮭ごはん 精白米・鮭フレーク | *カレーライス *ブロッコリーサラダ *きのこスープ *りんご *精白米・豚肉・じゃが芋 人参・玉ねぎ・カレールー *ブロッコリー・マカロニ ツナ缶・ボン酢 *えのき・玉ねぎ・豆腐・しめじ *りんご おやつ：サクサクおさつポテト さつま芋 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| *ごはん *南瓜と豚肉のカレー炒め *ほうれん草ごま和え *みそ汁 *ゼリー *精白米 *豚肉・玉ねぎ・南瓜・加ー粉 *ほうれん草・ごま *かんでんゼリー おやつ：お菓子 餅トク・ミックス | *ごはん *コーンシチュー *豚肉とさつまいもきんぴら *ひじき和え物 *精白米 *カレー缶・じゃが芋・玉ねぎ しめじ・マカニッシュ *さつま芋・豚肉・人参・イグサ えのき *小松菜・ひじき 人参・えのき・コーン缶・ごま おやつ：パン コアラパン | *ハヤシライス *マカロニサラダ *田舎風スープ *バナナ *精白米・豚肉・玉ねぎ・ルー しめじ・人参・トマト *ブロッコリー・マカロニ ツナ缶・ボン酢 *玉ねぎ・キャベツ・しめじ 南瓜 *バナナ おやつ：フライドポテト じゃが芋・青のり | *のりごはん *麻婆豆腐 *もやしのおかか和え *春雨スープ *パイン缶 *精白米・刻みのり *豚ミンチ・豆腐・ねぎ しいたけ・生姜・ごま油 *もやし・人参・鰹節 *春雨・豆腐・えのき・わかめ 大根 *パイン缶 おやつ：どら焼き 餅トク・ミックス・豆乳・ゆで小豆缶 | *ごはん *豚生姜焼き *大根煮 *みそ汁 *精白米 *豚肉・玉ねぎ・えのき・生姜 *大根・えのき・うすあげ 人参 おやつ：きなこマカロニ マカロニ・きなこ |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| *ごはん *豚玉煮 *人参シリシリ *ずまし汁 *みかん缶 *精白米 *豚肉・玉ねぎ・えのき *人参・コーン缶・ツナ缶 *大根・豆腐・えのき・わかめ *みかん缶 おやつ：蒸しパン 餅トク・ミックス・豆乳 | *ごはん *ムニエル *彩りおかか和え *みそ汁 *精白米 *鮭 *小松菜・人参・コーン缶・もやし 鰹節 おやつ：果物 バナナ | *パン *ポトフ *南瓜そぼろ煮 *キャベツソテー *パン *玉ねぎ・人参・じゃが芋 しめじ・マカニッシュ・マカロニ *豚ミンチ・南瓜 *キャベツ・人参・ベーコン おやつ：青菜ごはん 精白米・青菜ふりかけ | *ごはん *豆腐の鶏そぼろあん *温野菜サラダ *みそ汁 *精白米 *豆腐・鶏ミンチ・人参・生姜 *ブロッコリー・南瓜・人参 ごま・ボン酢 おやつ：ジャムサンド パン・ジャム | *青菜ごはん *ずき焼き風煮 *ほうれん草お浸し *みそ汁 *バナナ *精白米・青菜ふりかけ *豚肉・豆腐・白菜・心 玉ねぎ・えのき *ほうれん草・鰹節 *バナナ おやつ：人参のパンケーキ 餅トク・ミックス・豆乳・人参 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| *ごはん *炒り豆腐 *南瓜ゴマ煮 *みそ汁 *精白米 *豚ミンチ・豆腐・人参 ひじき・えのき *南瓜・ごま おやつ：大学芋 さつま芋・ごま油 | *ひじきのドライカレー *ほうれん草のりかえ *玉ねぎスープ *みそ汁 *ゼリー *精白米・ひじき・人参・玉ねぎ 豚ミンチ・加ー粉・ケチャップ *ほうれん草・ごま・ごま油 刻み海苔 *玉ねぎ・しめじ・大根 豆腐 *かんでんゼリー おやつ：お菓子 | *ピピンパ *ポテトサラダ *みそ汁 *みかん缶 *精白米・豚ミンチ・人参 もやし・ごま *じゃが芋・人参・ツナ缶 ボン酢 *みかん缶 おやつ：プレーンケーキ 餅トク・ミックス・豆乳 | *ゆかりごはん *焼き魚 *香キャベツ洋風煮 *みそ汁 *精白米・ゆかり *鮭 *キャベツ・ブロッコリー 人参・ベーコン おやつ：フルーツポンチ みかん缶・バナナ・リゾット・ミカ缶 | *ごはん *ポークチャップ *パプリカサラダ *ポテトスープ *精白米 *豚肉・玉ねぎ・人参 しめじ・ケチャップ *パプリカ・人参・ひじき ツナ缶・コーン缶・ボン酢 *じゃが芋・しめじ・玉ねぎ 豆腐 おやつ：パン コアラパン |

*食物アレルギーがある場合は、医師記入の「アレルギー疾患生活管理指導表」の提出が必要です。対応決定までお弁当・おやつは持参していただきます。
 *味噌汁は、旬の野菜・きのこ・イモ類・海藻より2〜3種、大豆製品（豆腐、うすあげ、厚揚げ）心など1種を入れています。
 *給食・おやつは変更することがあります。変更・追加した場合は、玄関に掲示させていただきます。
 *調味料として使用する塩、砂糖、醤油、味噌、出汁、パイヨン、なたね油、粉類は献立表に明記していません。

<ランキだよ！>

好き嫌いについて

この時期の好き嫌いは、その食べ物が嫌いというよりは、食べ慣れていないことによることが多いです。初めての食べ物に恐怖心をもつ習性があるので、その食品に慣れ親しむ機会を作ることが重要です。また、今まで食べていたのに、自我が目覚めでしょうか、食べなくなることもよくありますが、それも成長の一環です。せっかく作ったのに食べないとイラッとしてしましますが、もう作らないではなく、味や調理法を変えてみてください。ぴっぴでも、お肉と一緒に調理した野菜は食べられる子どもも多く、人参を星型にくり抜いたら食べられた例もあります。また、お友だちがおいしそうに食べてるのを見て、食べ始める子どももいます。ご家庭でも、楽しい雰囲気、子どもと同じものをおいしそうに食べてください。子どもも安心して食べるようになると思います。

【お知らせ】

5月14日(火)給食試食会があります。
 子どもがどんな給食を食べているのか？味付けは？切り方は？気になりますよね？
 ぜひ実際に食べてみてください。管理栄養士のお話も聞けますよ。たくさんのご参加お待ちしております。

