令和 2年　6月の給食献立表

桂 堂 学 園

月	火	水	木	金	土
1日 手作り弁当	2日 チキンカレーライス 福神漬 和風ツナキャベツサラダ めかぶスープ オレンジ	3日 いりどり きゅうりとしらすの和え物 なめこと豆腐のみそ汁 バナナ	4日 ジャージャーうどん ブロッコリーと卵のサラダ チンゲン菜と人参のスープ オレンジ	5日 ほっけの塩焼き ひじきのレモンサラダ 具沢山のだし活スープ ゼリー	6日 ラタトゥイユ レタスサラダ かき玉わかめスープ バナナ
8日 なすと豚肉のみそ炒め 大根サラダ えのき茸と長ねぎのみそ汁 オレンジ	9日 親子丼 きゅうりとちくわのマヨ和え じゃが芋といんげんのみそ汁 バナナ	10日 チキンカツ ツナコーンサラダ トマトと卵のスープ ヨーグルト	11日 焼きそば 水菜とささみの梅サラダ 野菜スープ オレンジ	12日 五目野菜肉団子 小松菜の海苔ナムル かぶとしめじのみそ汁 バナナ	13日 カレイのおろし煮 切り干し大根のごま風味サラダ 豚肉ともやしのみそ汁 オレンジ
15日 生揚げとピーマンの甘酢炒め キャベツとハムのサラダ ふのりと豆腐のみそ汁 バナナ	16日 ネバネバ丼 油揚げの五目煮 豚汁 すいか	17日 いりどり きゅうりとしらすの和え物 なめこと豆腐のみそ汁 オレンジ	18日 ナポリタン シーザーサラダ チンゲン菜と人参のスープ ゼリー	19日 パンの日 ゴマパン 鶏の照り焼き ミモザサラダ 春雨とひき肉のスープ バナナ	20日 春巻き もやしのサラダ キャベツとえのき茸のみそ汁 オレンジ
22日 なすと豚肉のみそ炒め 大根サラダ えのき茸と長ねぎのみそ汁 オレンジ	23日 トマ玉丼 たまな～チャンプル けんちん汁 バナナ	24日 お誕生会 カラフルごはん えびフライ キャベツとカニカマの酢の物 もずくスープ ケーキ メロン	25日 冷やしきつねうどん かぼちゃの甘煮 水菜とツナのサラダ バナナ	26日 さんまのオレンジ煮 春雨のサラダ 豚肉ともやしのみそ汁 すいか	27日 ラタトゥイユ レタスサラダ かき玉わかめスープ ヨーグルト
29日 生揚げとピーマンの甘酢炒め キャベツとハムのサラダ ふのりと豆腐のみそ汁 オレンジ	30日 プチハンバーグ マカロニサラダ もやしとニラのみそ汁 ゼリー	毎日提供 午前…牛乳 昼…主食 麦茶			

給食だより ♪ 子供の「食べる意欲」を育てよう ♪

毎日の食事を通して、「食べる機能」の発達を促すためには、まず食べてくれることが大前提。そのためには、子どもの「食べたい！」という気持ちを引き出し、食事の時間中、その気持ちを継続させる必要があります。

★自分で食べることができるよう調理を工夫

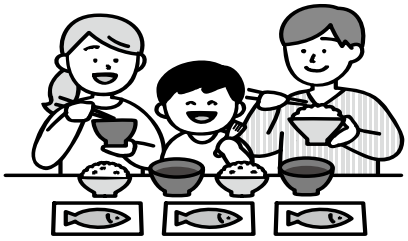
食材の硬さや大きさの工夫が大切です。
自分でおいしく食べることができれば、自分肯定感アップ！食事を楽しむことができます。

★生活のリズムを整える

早寝・早起き！　日中は元気に体を動かしてお腹をすかせることが大事です。

★無理強いをせずに自主性を大切に

せかすことなく、見守ることが大切です。子どもが自分で食べることができるよう、さりげなく支援しましょう。

★楽しい雰囲気の中で食べる

安心できる人と一緒に食べることで、子どもは食事に集中することができます。家族での食事の時間を楽しみましょう。