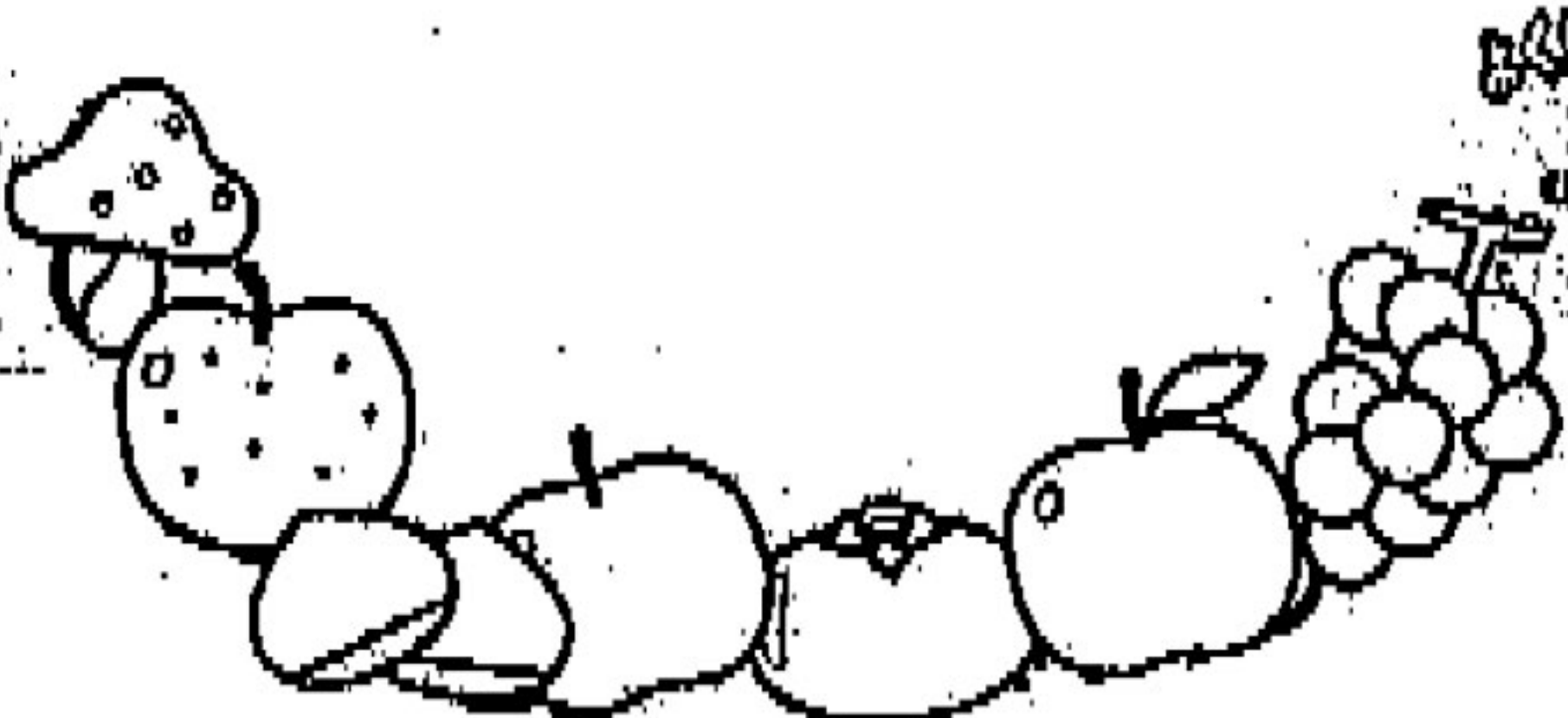


日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前	午後
1 金	愛の大学芋 材料の香味あえ 卵スープ	ソーシ 人参 バセリ 玉ねぎ 生姜 もやし 粉 コシ のり 大豆	牛乳 卵ボーロ	牛乳 せんべい
2 土	和風あんぱん 大ぶら	かぼち 豚肉 人参 もやし 粉 玉ねぎ 粉 パツ あん ぱん	牛乳 人参クッキー	牛乳 クッキー
5 火	南瓜のそぼろ煮 伴三絲 きのこの卵スープ	ハム じゃがいも 卵 人参 粉 粉 バセリ きゅうり えのき かつお 春雨 厚揚げ	牛乳 小魚せんべい	牛乳 ヨーグルト
6 水	刺身の五色揚げ フロッコーサラダ もやしスープ	刺身 ハム じゃがいも 卵 人参 フロッコー ヒーマン 玉ねぎ じゃがいも 粉 コシ 粉	牛乳 バナナ	牛乳 ビスケット
7 木	♥愛情弁当♥		牛乳 ヨーグルト	牛乳 スイートポテト
8 金	和風スパゲティ ごまマヨ和え コンスープ	かつお バコン 生クリーム 卵 人参 バセリ かつお 大根 粉 パツ ロンクリーム えのき もやし 玉ねぎ シイタケ	牛乳 かつおクッキー	牛乳 クラッカー
9 土	八宝菜 しゅうまい	かぼち シューマイ 豚肉 卵 人参 粉の子 シイタケ 玉ねぎ 白菜	牛乳 しゅうまい	牛乳 ビスコ
11 月	焼き焼き風煮 洋サラダ ぶりのみそ汁	ハム 牛肉 人参 えのき 中ねぎ 粉 玉ねぎ 粉 パツ コシ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 せんべい
12 火	五目煮豆 ニラしょうゆ和え物 玉ねぎのみそ汁	かつお 人参 ニラ しょうゆ かつお 粉 玉ねぎ 粉 コシ 昆布 じゃがいも 大豆 かつお	牛乳 野菜ボーロ	牛乳 セリー
13 水	鯖の味噌煮 マカロニサラダ ぶりの清汁	鯖 ハム きゅうり コシ じゃがいも えのき 生姜 かつお マカロニ ぶりの粉 かつお 粉 粉 粉	牛乳 かつおクッキー	牛乳 ビスコ
14 木	ひんぱんの甘辛煮 かつおのマリネ 春雨スープ	かつお ひんぱん 卵 人参 生姜 白菜 シイタケ 玉ねぎ 粉 きゅうり 春雨	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ④ひんぱん
15 金	♥秋祭り♥ おにぎり 豚汁 おき	豚肉 人参 玉ねぎ しょうゆ 大根 里 粉 かつお 粉	牛乳 小魚せんべい	牛乳 クッキー
16 土	マ・ポ・豆腐 ぎょうざ	鶏ウガ 豚ミンチ 人参 ニラ ひんぱん 生姜 玉ねぎ シイタケ 粉の子 かつお	牛乳 バナナ	牛乳 せんべい
18 月	ひじきの一口揚げ シーマンポテト ポトフ	ベーコン ウォーター じゃがいも 卵 人参 バセリ 大根 しょうゆ 玉ねぎ 粉 パツ じゃがいも じゃがいも 粉	牛乳 ヨーグルト	牛乳 クラッカー
19 火	カレー汁 卵 粉 パツのサラダ	ツナ 粉 卵 人参 粉 パツ きゅうり 玉ねぎ ヒーマン コシ じゃがいも	牛乳 人参クッキー	牛乳 ④ラスク
20 水	魚のフライ 酢の物 清汁	魚 しらす 卵 人参 えのき しょうゆ きゅうり 粉 パツ かつお かつお かつお	牛乳 卵ボーロ	牛乳 ヨーグルト
21 木	♥誕生会♥ 鹿肉 アニマルカレー ホットサラダ 卵スープ 赤飯	鶏中 ハム 卵 粉 きゅうり 生姜 コシ じゃがいも 大豆	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ビスコ
22 金	大豆の味噌揚げ かつおの味噌汁	ソーシ 大豆 人参 かつお 粉 コシ しょうゆ かつお かつお かつお 大豆 かつお	牛乳 かつおクッキー	牛乳 ビスコ
25 月	クリームシチュー 煮卵 ピーナツ和え	ベーコン 卵 人参 かつお 玉ねぎ じゃがいも 粉 パツ かつお 粉 じゃがいも ピーナツ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 せんべい
26 火	炊き合わせ根菜煮 洋酢あえ 厚揚げのみそ汁	じゃがいも 人参 粉 玉ねぎ きゅうり じゃがいも しょうゆ 大根 かつお じゃがいも コシ かつお 粉 厚揚げ	牛乳 かつおクッキー	牛乳 クッキー
27 水	魚のかんかけ 納豆 華風サラダ	魚 卵 人参 かつお 粉 シイタケ 生姜 玉ねぎ もやし きゅうり 納豆	牛乳 野菜ボーロ	牛乳 ④おパン
28 木	豚肉いりきんから 厚揚げ卵 野菜スープ	かつお 豚肉 ベーコン 卵 人参 玉ねぎ しょうゆ 粉 パツ かつお 粉 クリームコシ じゃがいも じゃがいも	牛乳 ヨーグルト	牛乳 クラッカー
29 金	マカロニコロケ 牛草あえ 卵スープ	金かき肉 卵 人参 バセリ ヒーマン 粉 パツ しょうゆ 粉 きゅうり じゃがいも マカロニ かつお	牛乳 かつおクッキー	牛乳 せんべい
30 土	卵とじうどん かつおのかきあげ	かつお かつお 粉 粉 かつお 卵 人参 かつお 玉ねぎ 粉 パツ うどん	牛乳 小魚せんべい	牛乳 ヨーグルト

給食だより



咀嚼の役割

- 味覚の発達... 薄味でも美味感に気づく。
- 消化を助ける... 噛むことで脳を刺激します。
- 歯並びをよくする... 舌の発達を促します。
- 言葉の発音がはっきりする... 噛むことで口周りの筋力のバランスがとれます。



乳歯は、おし菌にかりやすく進行も早いといわれています。

よく噛んで食べることや習慣的に歯磨きを行う事で子どもたちが意識できるように声かけしてあげてください。