

日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前	午後
1 土	パン 牛乳	♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥	牛乳 かわかきクッキー	牛乳 せんべい
3 月	揚げ卵の春雨スープ ごまサラダ <small>ういの 磯辺あげ</small>	かわかき卵 牛 豚肉 卵 人参 イケン じゃがいも ごま しょうゆ シイタケ 白菜 春巻	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ② 桜もち
4 火	炒めビーン 煮豆 おりめスープ	豚肉 卵 人参 じゃがいも 人参 シイタケ かし じゃま 玉ねぎ じゃがいも 豆 豆 金時豆	牛乳 卵ボ-口	牛乳 かわかき
5 水	魚のフライ マカロニサラダ ぶりの漬物	魚 かわかき 牛 卵 人参 えのき きゅうり コーン マカロニ	牛乳 野菜チップ	牛乳 クッキー
6 木	五目煮豆 和風いり卵 豆腐のみそ汁	しょうゆ かわかき 卵 人参 じゃがいも クリームコーン じゃま じゃま レモン タマネギ かわかき じゃがいも シイタケ 豆腐 大豆 あげ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ビスケット
7 金	南瓜のほろ煮 芋風サラダ カニカマス-フ	かわかき じゃがいも 卵 南瓜 じゃがいも 人参 白菜 じゃま えのき じゃがいも 厚揚げ	牛乳 小魚せんべい	牛乳 ② 枝豆
8 土	マ-ポ-豆腐 ギョウザ	ギョ-ザ 豚肉 人参 ニラ じゃがいも しょうゆ 玉ねぎ しょうゆ じゃがいも じゃがいも	牛乳 人参クッキー	牛乳 ビスコ
10 月	ハヤシライス 中七卵 ツナキャベツのサラダ	ツナ 牛肉 卵 じゃがいも じゃがいも きゅうり 玉ねぎ コーン ピース じゃがいも	牛乳 ヨーグルト	牛乳 クラッカー
11 火	焼き魚煮 大根サラダ かわかき汁	牛 牛肉 じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも 大根 かわかき じゃがいも じゃがいも じゃがいも じゃがいも じゃがいも	牛乳 野菜チップ	牛乳 クッキー
12 水	魚のみそ汁 人参春雨炒め もずくスープ	魚 じゃがいも 卵 じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ もずく 春巻	牛乳 卵ボ-口	牛乳 せんべい
13 木	和風スパゲティー 手巻あえ コンスープ	パ-コン 卵 人参 じゃがいも じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも えのき スパゲティー じゃがいも	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ② ホットケーキ
14 金	おろしニンギョウ 春雨サラダ 野菜スープ	牛 パ-コン じゃがいも 人参 じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも 春巻	牛乳 小魚せんべい	牛乳 ビスケット
15 土	和風ちゃんぽん じゃがいもから揚げ	豚肉 人参 じゃがいも じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも めん	牛乳 人参クッキー	牛乳 ビスコ
17 月	じりつお汁 シュ-マン <small>ニラレゴンの 和え物</small>	シュ-マイ じゃがいも 卵 人参 ニラ じゃがいも じゃがいも じゃがいも しょうゆ じゃがいも じゃがいも じゃがいも じゃがいも	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ② チーズワライ
18 火	魚の磯辺あげ ごま酢和え ニラ卵スープ	しょうゆ 魚 牛 卵 人参 ニラ じゃがいも じゃがいも じゃがいも 春巻 しょうゆ	牛乳 かわかきクッキー	牛乳 クラッカー
19 水	♥ 愛情弁当 ♥	♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥	牛乳 バナナ	牛乳 ② カップケーキ
21 金	愛あり大学芋 秋の香味あえ オ-ンスープ	ソーセージ 人参 パセリ 玉ねぎ じゃがいも じゃがいも じゃがいも じゃがいも 大豆	牛乳 卵ボ-口	牛乳 ヨーグルト
22 土	八宝菜 春巻	じゃがいも 春巻 豚肉 卵 人参 イケン じゃがいも 玉ねぎ 白菜 じゃがいも	牛乳 ごぼうチップ	牛乳 クッキー
24 月	カレー汁 中七卵 コルスロー	牛肉 卵 人参 じゃがいも コーン 玉ねぎ ピース じゃがいも	牛乳 ヨーグルト	牛乳 ② ラスク
25 火	喉前煮 厚焼き卵 きのこ汁	じゃがいも 卵 人参 イケン シイタケ クリームコーン えのき じゃがいも じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも じゃがいも じゃがいも	牛乳 かわかきボ-口	牛乳 せんべい
26 水	♥ 誕生会 ♥ <small>パイナップル 厚揚げ じゃがいも ミニトマト サボイタケ じゃがいも じゃがいも</small>	季節中 じゃがいも ミニトマト じゃがいも マカロニ 卵 じゃがいも じゃがいも 牛 人参 ニラ	牛乳 小魚せんべい	牛乳 ビスケット
27 木	鯖のレモン煮 ホウチンサラダ 豆腐スープ	鯖 牛 卵 ニラ じゃがいも じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも	牛乳 ヨーグルト	牛乳 クラッカー
28 金	いじぎょ-口あげ じゃがいも酢物 カレースープ	じゃがいも じゃがいも じゃがいも 卵 人参 イケン 玉ねぎ じゃがいも じゃがいも じゃがいも じゃがいも じゃがいも じゃがいも	牛乳 卵ボ-口	牛乳 クッキー
29 土	焼かきん かわかき汁	かわかき 豚肉 卵 人参 じゃがいも じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも	牛乳 かわかきクッキー	牛乳 せんべい
31 月	豚汁 芋久 甘酢あえ	豚肉 人参 牛 じゃがいも じゃがいも じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも 玉ねぎ じゃがいも じゃがいも	牛乳 ヨーグルト	牛乳 芋けんぴ



★☆☆子どもの食事マナーは幼児期に身につけることが大事☆☆

ご家庭でのお子さんの食事についての悩みはいろいろあると思いますが、食事の食べ方やマナーは家族がそろって食事を囲んだ時に周りの大人がお手本となって教えていくことが大事です。
お子さんとチェックしてみましょう

- たべるまえにてをあらう
- 「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつ
- あしをぶらぶらさせない
- ひしをつかない
- すききらいせずだされたものはたべる
- たべこぼしがたない
- だらだらたべず、きめられたじかにたべおわる
- はしをたたくもてる
- はしやスプーンであそばない
- おとをたてたべない

