

様式F105

2024年8月

ナーサリーにじいろまむ

日付	完了期	後期	中期
1(木)	御飯、みそ汁(切干大根・あげ)、豚肉と昆布の炒め煮(にんじん)、おくらのおかか和え、オレンジ	軟飯、みそ汁(さといも・あげ)、豚肉とにんじんの炒め煮、おくらの和えもの、オレンジ	全粥、みそ汁(さといも・あげ)、豚肉とにんじんの炒め煮、おくらの和えもの、オレンジ
2(金)	御飯、みそ汁(なす・玉ねぎ)、さけとにんじんの煮物、煮りんご	軟飯、みそ汁(なす・玉ねぎ)、さけとにんじんの煮物、煮りんご	全粥、みそ汁(なす・玉ねぎ)、さけとにんじんの煮物、煮りんご
3(土)	野菜そぼろ丼(納豆)、煮りんご	野菜そぼろ丼(納豆)、煮りんご	野菜そぼろ丼(納豆)、煮りんご
5(月)	御飯、みそ汁(じゃがいも・なす)、たらこの磯辺焼き(いんげん)、凍り豆腐とにんじんの煮物、煮りんご	軟飯、みそ汁(じゃがいも・たまねぎ)、たらとにんじんのとろみ煮(いんげん)、煮りんご	全粥、みそ汁(じゃがいも・たまねぎ)、たらとにんじんのとろみ煮(いんげん)、煮りんご
6(火)	御飯、豆乳コーン鍋(キャベツ)、さつまいものレモン煮、すいか	軟飯、豆乳汁(キャベツ・にんじん)、ふかしいも、すいか	全粥、豆乳汁(キャベツ・にんじん)、ふかしいも、すいか
7(水)	御飯、みそ汁(チンゲン菜・わかめ)、ミートローフ(ピーマン)、コールスローサラダ、キウイフルーツ	軟飯、みそ汁(チンゲン菜・にんじん)、ミートローフ(ピーマン)、キャベツの和えもの、キウイフルーツ	全粥、みそ汁(チンゲン菜・にんじん)、ミートローフ(ピーマン)、キャベツの和えもの、煮りんご
8(木)	御飯、みそ汁(もやし・あげ)、さばの香り焼き、かぼちゃのマリネ、煮りんご	軟飯、みそ汁(もやし・あげ)、さばの香り焼き、かぼちゃのマリネ、煮りんご	全粥、みそ汁(もやし・あげ)、さばの香り焼き、かぼちゃのマリネ、煮りんご
9(金)	御飯、豚汁、豆腐とにんじんの焼きもの、きゅうりの和えもの、煮りんご	軟飯、豚汁、豆腐とにんじんの焼きもの、きゅうりの和えもの、煮りんご	全粥、豚汁、豆腐とにんじんの焼きもの、きゅうりの和えもの、煮りんご
10(土)	てりやき野菜丼、オレンジ	てりやき野菜丼、オレンジ	てりやき野菜丼、オレンジ
12(月)	振替休日		
13(火)	野菜納豆丼、みそ汁(こまつな・たまねぎ)、きゅうりの和えもの、ヨーグルト	野菜納豆丼、みそ汁(こまつな・たまねぎ)、きゅうりの和えもの、ヨーグルト	野菜納豆丼、みそ汁(こまつな・たまねぎ)、きゅうりの和えもの、ヨーグルト
14(水)	ひき肉とお豆のカレー、やさいスティック(きゅうり・にんじん)、キウイフルーツ	ひき肉とお豆のカレー、やさいスティック(きゅうり・にんじん)、キウイフルーツ	ひき肉とお豆のカレー、やさいスティック(きゅうり・にんじん)、キウイフルーツ
15(木)	おにぎり、豚汁、ミニトマト、バナナ	おにぎり、豚汁、ミニトマト、バナナ	おにぎり、豚汁、ミニトマト、バナナ
16(金)	さば缶カレー、コールスローサラダ、ヨーグルト	さば缶カレー、コールスローサラダ、ヨーグルト	さば缶カレー、コールスローサラダ、ヨーグルト

日付	完了期	後期	中期
17(土)	御飯、じゃがいものスープ、ピーマンの細切り炒め、トマト、バナナ	軟飯、じゃがいものスープ、豚肉とピーマンの煮物、トマト、バナナ	全粥、じゃがいものスープ、豚肉とピーマンの煮物、トマト、バナナ
19(月)	御飯、だし煮(豆腐・キャベツ・じゃがいも)、豚肉と野菜の煮物(たまねぎ・にんじん)、煮りんご	軟飯、だし煮(豆腐・キャベツ・じゃがいも)、豚肉と野菜の煮物(たまねぎ・にんじん)、煮りんご	全粥、だし煮(豆腐・キャベツ・じゃがいも)、豚肉と野菜の煮物(たまねぎ・にんじん)、煮りんご
20(火)	御飯、みそ汁(さといも・わかめ)、肉豆腐、ほうれん草のナムル、オレンジ	軟飯、みそ汁(さといも、にんじん)、肉豆腐、ほうれん草の和えもの、オレンジ	全粥、みそ汁(さといも、にんじん)、肉豆腐、ほうれん草の和えもの、オレンジ
21(水)	御飯、かぼちゃ汁、白身魚と夏野菜のトロトロ煮(なす・おくら)、煮りんご	軟飯、かぼちゃ汁、白身魚と夏野菜のトロトロ煮(なす・おくら)、煮りんご	全粥、かぼちゃ汁、白身魚と夏野菜のトロトロ煮(なす・おくら)、煮りんご
22(木)	御飯、大豆汁(キャベツ)、肉団子ととうがんのとろみ煮、煮りんご	軟飯、大豆汁(キャベツ)、肉団子ととうがんのとろみ煮、煮りんご	全粥、大豆汁(キャベツ)、肉団子ととうがんのとろみ煮、煮りんご
23(金)	御飯、豆腐スープ(おくら)、揚げ魚(添えトマト煮)、きゅうりの昆布あえ、煮りんご	軟飯、豆腐スープ(おくら)、たらとかぼちゃのトマト煮、煮りんご	全粥、豆腐スープ(おくら)、たらとかぼちゃのトマト煮、煮りんご
24(土)	焼きビーフン(カレー)、煮りんご	焼きビーフン、煮りんご	焼きビーフン、煮りんご
26(月)	御飯、コーンクリームスープ、レバーのにんにく風味揚げ、ゆでブロッコリー、煮りんご	軟飯、豆乳汁(じゃがいも・たまねぎ・にんじん)、レバーとブロッコリーの煮物、煮りんご	軟飯、豆乳汁(じゃがいも・たまねぎ・にんじん)、レバーとブロッコリーの煮物、煮りんご
27(火)	御飯、みそ汁(なす・もやし)、白身魚と野菜の煮物(にんじん・たまねぎ)、バナナ	軟飯、みそ汁(なす・もやし)、白身魚と野菜の煮物(にんじん・たまねぎ)、バナナ	全粥、みそ汁(なす・もやし)、白身魚と野菜の煮物(にんじん・たまねぎ)、バナナ
28(水)	御飯、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)、鶏ささみのにんじんドレッシング、なし	軟飯、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)、鶏ささみにんじんの煮物、煮りんご	全粥、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)、鶏ささみにんじんの煮物、煮りんご
29(木)	御飯、みそ汁(たまねぎ・こまつな)、白身魚とにんじんのとろみ煮、煮りんご	軟飯、みそ汁(たまねぎ・こまつな)、白身魚とにんじんのとろみ煮、煮りんご	全粥、みそ汁(たまねぎ・こまつな)、白身魚とにんじんのとろみ煮、煮りんご
30(金)	みそ炒め丼、オレンジ	みそ炒め丼、オレンジ	みそ炒め丼、オレンジ
31(土)	御飯、中華スープ、豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ)、きゅうりのピクルス、煮りんご	軟飯、中華スープ、豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ)、きゅうりの和えもの、煮りんご	軟飯、中華スープ、豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ)、きゅうりの和えもの、煮りんご

◎食事は五感で楽しむ

☆視覚 目で見る

食べ慣れている食材を見つけたと安心して食事を楽しむことができます。

☆嗅覚 鼻で嗅ぐ

だしや炊き立てご飯の香りは、子どもの安心感につながります。

☆触覚 手や口で触れる

子どもの成長に合わせた硬さ、大きさ食感にすることが大切です。

☆聴覚 耳で聞く

食事中の大人の声掛けも、食事に集中し、楽しく食べるために大切なことです。

☆味覚 味わう

敬遠しがちな酸味と苦みにも少しずつ繰り返し食べて慣れることが大切です。

