

## 2月分延長給食予定献立表

8年 泉チェリーこども園

日	曜日	7時まで	8時まで
1	日		
2	月	きつねごはん	豚汁 バナナ
3	火	おにぎり 味噌汁	きんぴらごぼう オレンジ
4	水	カレーうどん	ツナサラダ グレープフルーツ
5	木	おにぎり すまし汁	さばの味噌煮 みかん
6	金	ひじきごはん	石狩汁 バナナ
7	土		
8	日		
9	月	チキンライス	白菜スープ バナナ
10	火	おにぎり 味噌汁	えびのケチャップ煮 オレンジ
11	水	建国記念の日	
12	木	おにぎり すまし汁	五目豆腐 みかん
13	金	そばろ丼	さつま汁 バナナ
14	土		
15	日		
16	月	きつねごはん	豚汁 バナナ
17	火	おにぎり 味噌汁	きんぴらごぼう オレンジ
18	水	カレーうどん	ツナサラダ グレープフルーツ
19	木	おにぎり すまし汁	さばの味噌煮 みかん
20	金	ひじきごはん	石狩汁 バナナ
21	土		
22	日		
23	月	天皇誕生日	
24	火	おにぎり 味噌汁	えびのケチャップ煮 オレンジ
25	水	スープスパゲティ	ブロッコリーサラダ グレープフルーツ
26	木	おにぎり すまし汁	五目豆腐 みかん
27	金	そばろ丼	さつま汁 バナナ
28	土		

※ 8時までご利用の方は「7時までの主食・汁物」も付きます。



子どもは野菜嫌いが多いですね。なぜなら、子どもの味覚はとても敏感で、大人が感じるよりも苦く、酸っぱく感じるからです。しかし、子どもは慣れることにより、苦手なものを克服することができます。肉や魚といっしょに加熱調理するとうま味で渋みや苦味が減り、野菜によっては甘くなるなど、苦手な子どもでも食べやすくなります。ぜひ試してみましょう。

