

5月給食だより

あゆみ学園

進級したお友だち、新しいお友だち、通園には慣れましたか？
あゆみ学園の給食では初めて目にしたり、口にしたりするメニューなどがあると思います。
毎月の給食だよりで、おススメレシピなどもお知らせしていく予定です！



<増粘剤について>

咀嚼・嚥下を助けるため、食形態によって増粘剤でとろみをつけたり、食べ物をまとまりよくしています。
増粘剤は食べ物によって使い分けしており、あゆみ学園では4種類使用していますのでご紹介します。

- ★ スルーソフトリキッド (主に液体に使用)
- ★ トロミスマイル (主に液体以外の食べものに使用)
- ★ スベラカーゼ (ごはん等のでんぷん食品に使用)
- ★ ミキサージェル (ごはんや液体に使用)

詳しくお聞きになりたいことなどがありましたら、リハビリスタッフ・給食スタッフへ声を掛けてください。

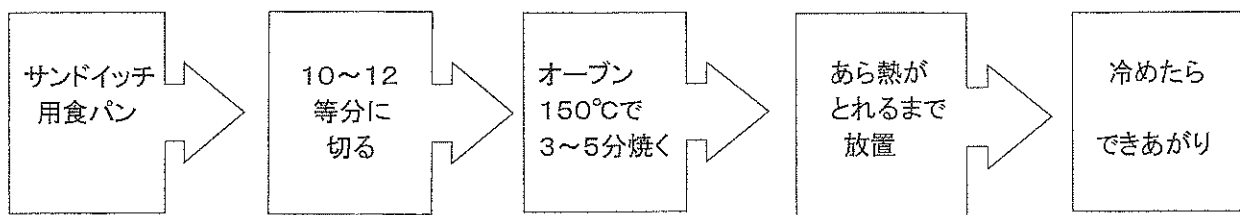
<スティックパンの作り方>

咀嚼(かみかみ)の練習の為に、必要なお子さんにはスティックパンを出しています。

お家でも作れるように、作り方を紹介します。





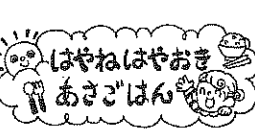

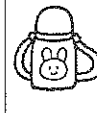
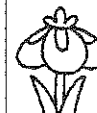

サンドイッチ用食パンを、1cm角程度で持ちやすい長さに切ります。

150℃ぐらいのオーブンで、3分~5分(オーブンによって若干違います。園では、ガスオーブンを使っています)焼き、そのままあら熱がとれるまでオーブンの中に置いておきます。



そのままオーブンの扉を開けずに置いておくのがポイントです。水分が飛んでカリカリに仕上がります。すぐに湿気を含んでしまいますので、ラップ等かけない方がいいと思います。



日 (曜)	エネルギー	主食		副食		デザート		おやつ
		メニュー	材料	メニュー	材料	メニュー	材料	
1 (月) 17 (水)	409	にんじん ごはん	精白米、ツナ、にんじん、 薄口醤油、塩、	かに玉あんかけ 野菜炒め 味噌汁	かにか、絹豆腐、深ねぎ、干し椎茸、にんじん、 ごま油、コンソメ、卵、薄口醤油、三温糖、鶏がらスープ、 片栗粉、グリピーズ プチトマト 豚肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、もやし、ピーマン、 にんにく、キャノーラ油、コンソメ かぼちゃ、玉ねぎ、えのき茸、薄揚げ、ねぎ、 昆布だし、あごだし、味噌	フルーツ ゼリー	パン缶 ミックス ジュース 粉ゼラチン 生クリーム 三温糖	牛乳
2 (火) 19 (金)	400	ごはん		魚香味焼き 肉じゃが 味噌汁	魚、にんにく、生姜、醤油、三温糖、酒、みりん、 ねぎ、ごま、ごま油 プチトマト 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、グリピーズ、 キャノーラ油、醤油、三温糖、酒、みりん キャベツ、玉ねぎ、にんじん、薄揚げ、ねぎ、昆布だし、 あごだし、味噌	小豆 ミルク ゼリー	ゆで小豆 牛乳 粉ゼラチン 生クリーム	オレンジ ジュース
8 (月) 22 (月)	451	けんちん うどん	茹でうどん、鶏肉、大根、 にんじん、干し椎茸、ごぼう、 薄揚げ、角天、ねぎ、醤油、三温 糖、みりん、酒、昆布だし、 あごだし、薄口醤油、塩、みりん	ささみスティック 胡瓜ごま酢和え	ささみ、酒、コンソメ、小麦粉、片栗粉、キャノーラ油、 トマト水煮、ケチャップ、三温糖、片栗粉 プチトマト ツナ、胡瓜、キャベツ、かつわかめ、すし酢、醤油、 三温糖、ごま	ヨーグ ルト		牛乳
9 (火) 24 (水)	400	ごはん		麻婆豆腐 春雨酢のもの トマトと卵中華スープ	豚シチ、豆腐、にんじん、生椎茸、にら、生姜、 にんにく、キャノーラ油、赤味噌、味噌、醤油、三温糖、 酒、片栗粉、鶏がらスープ、ごま油 春雨、かにか、胡瓜、キャベツ、にんじん、薄口醤油、 すし酢、三温糖、ごま油 プチトマト 豚肉、玉ねぎ、えのき茸、トマト水煮、卵、あごだし、 鶏がらスープ、片栗粉	マーマ レード ゼリー	マーレード りんご ジュース 粉ゼラチン 生クリーム 三温糖	ミックス ジュース
10 (水) 23 (火)	426	ごはん		魚新緑揚げ 切り干し大根煮 味噌汁	魚、塩、こしょう、天ぷら粉、パセリ、キャノーラ油、 ケチャップ、ソース、醤油、三温糖、片栗粉 プチトマト 鶏肉、切り干し大根、にんじん、干し椎茸、 キャノーラ油、醤油、三温糖、酒、みりん、いんげん 豆腐、玉ねぎ、えのき茸、薄揚げ、ねぎ、昆布だし、 あごだし、味噌	にんじん ゼリー	にんじん りんご ジュース 粉ゼラチン 生クリーム 三温糖	ミックスジ ュース
11 (木) 26 (金)	480	食パン		ポテトトマトグラタン にんじんマリネ コンソメスープ	ベーコン、豚シチ、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、 にんにく、トマト水煮、キャノーラ油、コンソメ、チーズ、生クリーム プチトマト 胡瓜、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、レースン、すし酢、 三温糖、キャノーラ油 鶏肉、玉ねぎ、にんじん、セロリ、えのき茸、パセリ、 あごだし、コンソメ	チョコ バナナ プリン	バナナ 牛乳 生クリーム ネスレ口 粉ゼラチン	牛乳
12 (金) 25 (木)	404	ポーク カレー ライス	精白米、豚肉、玉ねぎ、 にんじん、じゃが芋、ピーマン、 りんご、トマト水煮、にんにく、 カレー粉、キャノーラ油、牛乳	ごぼうサラダ 春キャベツスープ	ロースハム、ごぼう、胡瓜、にんじん、ごま、マヨネーズ、 薄口醤油、すし酢 プチトマト 鶏肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、 あごだし、鶏がらスープ	豆乳 ゼリー	豆乳 りんご ジュース 粉ゼラチン 生クリーム 三温糖	りんご ジュース
16 (火) 31 (水)	460	食パン		豆腐ミートソース煮 ひじき和風サラダ ミルクスープ	豚シチ、豆腐、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、ピーマン、 にんにく、キャノーラ油、トマト水煮、ケチャップ、ソース、コンソメ、 片栗粉、生クリーム、粉チーズ かにか、乾燥芽ひじき、醤油、酒、胡瓜、にんじん、 マヨネーズ、醤油、ごま プチトマト ベーコン、玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、パセリ、 あごだし、牛乳、コンソメ	バナナ		牛乳
15 (月) 29 (月)	400	ちゃん ぽん	茹で中華麺、豚肉、かにか、 玉ねぎ、にんじん、キャベツ、 もやし、干し椎茸、ねぎ、生姜、 にんにく、キャノーラ油、 鶏がらスープ、あごだし、醤油、 塩、こしょう、牛乳、スキムミルク、 ごま油	かぼちゃチーズ焼き ゆかり和え	かぼちゃ、じゃが芋、バター、粉チーズ プチトマト 大根、胡瓜、にんじん、ゆかり、すし酢、三温糖	ヨーグ ルト		牛乳
18 (木) 30 (火)	406	ごはん		チキン バーベキューソース キャベツ煮浸し 味噌汁	鶏肉、キャノーラ油、玉ねぎ、にんじん、りんご、 セロリ、にんにく、生姜、ケチャップ、醤油、三温糖、 酒、みりん、コンソメ、片栗粉 プチトマト 豚肉、キャベツ、にんじん、春雨、ごま油、醤油、三温 糖、酒、みりん じゃが芋、玉ねぎ、えのき茸、薄揚げ、ねぎ、 あごだし、昆布だし、味噌	いちご ヨーグ ルト ムース	イチゴジャム 牛乳 ヨーグルト 生クリーム 粉ゼラチン	牛乳