

2016/10/07

今日の給食～10月7日～ | by:食指導委員会1

◇今日の給食は、しょうゆラーメン、ふれあいぎょうざ、
ポイルキャベツ、ブルーベリーゼリー、牛乳です。



普通食のお膳です。



ラーメンの具のカミカミ食です。 mogumogu食です。 ゴックン食です。
焼き豚・メンマ・なると・たまご・ほうれんそう・ねぎ6種類の具材を、**それぞれの食形態に応じて、刻んだり、ミキサーにかけたりして調理しています。**



普通食のぎょうざです。



カミカミ食のぎょうざです。

カミカミ食には**中華あん**がかかっています。



ブルーベリーゼリーは、モグモグ食・ゴックン食では、ジュースを
ウルトラかんでんで固めて提供しました。

食欲の秋、きょうもみんなおいしくいただきました！

14:57 | [投票する](#) | 投票数(2)

2016/10/06 [今日の給食～10月6日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、ごはん、豚すき焼き風煮、ごま和え、みそ汁、牛乳です。



普通食のすき焼きにです。

モグモグ食のすき焼きにです。

特別食はすべて絹ごし豆腐で調理しています。

豆腐の固さは、よく噛んで食べる学習に適しているので、
カミカミ食とモグモグ食の豆腐は形のあるまま提供しています。



普通食のごま和えです。

モグモグ食・ゴックン食のごま和えです。

モグモグ食・ゴックン食のほうれんそう・もやしは、
ウルトラかんでんで固めて、ごまだれをかけました。

ごまはつぶつぶが残ってしまうので、安全に配慮して、
特別食はごまペーストで調理したごまだれです。

12:30 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/10/05 [今日の給食～10月5日～](#) | by:[食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、ごはん、さばのみそ煮、ポイルつま、うま煮、みそ汁、牛乳です。



普通食と**カミカミ食**のさばのみそ煮とポイルつまです。

カミカミ食のさばには**煮汁あん**がかかっている、おいしそう！

パサパサしがちな魚も、あんかけによってとても食べやすくなります。

ポイルつまは、**だいこんスティック**です。

かじりとり・よく噛むの学習を行います。

「よく噛む」ことで、丸のみをせずに消化をよくするだけでなく、**食材の味をあげることが**できます。



普通食とカミカミ食のうま煮です。

鶏肉・うずらの卵・さといも・にんじん・さやいんげん・生揚げと
たっぷり具材で栄養満点！

秋の野菜やくだものをたくさん食べて、元気なからだをつくりましょう！

12:28 | [投票する](#) | 投票数(2)

2016/10/04 [今日の給食～10月4日～](#) | by:[食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、コッペパン、ココアクリーム、ビッグ肉だんご、和風サラダ、オレンジ、ホワイトシチュー、牛乳です。



普通食のビッグ肉だんごです。
ケチャップ味でおいしそうですね。



普通食の和風サラダです。



カミカミ食の肉だんごとサラダです。

肉だんごは普通食と同じにしています。

かじりとったり、口の中でよく噛んだりする学習をします。



サラダは別づけで、**きゅうりスティック**がつけました。

これも、かじりとりと噛む学習ができるようにしています。



モグモグ食の肉だんごと和風サラダです。

肉だんごは、ミキサーで**押しつぶせる固さ**にしています。

サラダは、キャベツ・きゅうりはウルトラかんで固め、
わかめ・赤ピーマン・えだまめはとろみをつけています。





くだもののオレンジです。

モグモグ食・ゴックン食はオレンジジュースを
ウルトラかんでんで固めています。

こうすることで**安全においしく食べられます**。

12:02 | [投票する](#) | 投票数(2)

2016/10/03 [今日の給食～10月3日～](#) | by:[食指導委員会1](#)

◇今日から10月の給食です。

今日の献立は、親子丼、三食お浸し、カスタードプリン、みそ汁、牛乳です。



普通食の親子丼の具です。 カミカミ食の親子丼の具です。 ゴックン食の親子丼の具です。

カミカミ食は、**煮汁あん**がかかっています、まとまりやすくなっています。

ゴックン食は、調味料を混ぜ込んでミキサーにかけているので、
しっかり味がついています。



普通食のサラダです。

カミカミ食のサラダです。

モグモグ食・ゴックン食のサ
ラダです。

カミカミ食には、別づけで**にんじんスティック**がついています。

一人一人、かじり取りやよく噛む学習をがんばっています。

モグモグ食・ゴックン食は、ほうれんそう・はくさい・にんじんを**ウルトラかんでん**

で固めて提供しています。さらに特別食には、**だしじょうゆ**がかかっています。



お楽しみは『プリン』でした！



16:32 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/09/30 [今日の給食～9月30日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、五目うどん、もやしのナムル、かぼちゃプリン、牛乳です。



普通食のうどんです。

たまご・ほうれんそう・なると・鶏肉・ねぎと具がたくさん入っています。



カミカミ食のうどんです。



ゴックン食のうどんです。

どちらも**口の動きや飲み込みに合わせて**食べやすい食形態になっています。



カミカミ食のうどんの具です。

モグモグ食のうどんの具です。

ゴックン食のうどんの具です。



それぞれの食形態に合わせて、うどんの具を**食材ごとに一つ一つ**
ていねいに調理しています。

普通食 ⇔ カミカミ食 ⇔ モグモグ食 ⇔ ゴックン食 の
4つの食形態で、ひとりひとりの食べ方の様子や体調などに
応じた摂食指導を行っています。

12:27 | [投票する](#) | 投票数(3)

2016/09/29 [今日の給食～9月29日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、和風ミートローフあんかけ、ほうれん草とベーコン炒め、
杏仁豆腐、ごはん、みそ汁、牛乳です。



普通食のお膳です。



モグモグ食のお膳です。



モグモグ食のミートローフです。**あんをかけて食べやすくなっています。**



モグモグ食のほうれん草とベーコン炒めです。
少しつぶつぶが残る状態で食べやすくなっています。



モグモグ食の杏仁豆腐です。
とってもきれいなオレンジ色、「わ～おいしそう！」食欲が湧きます！

12:41 | [投票する](#) | 投票数(3)

2016/09/28 [今日の給食～9月28日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、ごはん、鮭のごまマヨネーズ焼き、カレーポテト、ひじきサラダ、のっぺい汁、牛乳です。



普通食のポテトです。



カミカミ食のポテトです。
形のあるままやわらかく煮ています。



普通食のひじきサラダです。 モグモグ食・ゴックン食のひじきサラダです。

ひじき・ほうれんそう・にんじん・もやしを

ウルトラかんでんで食材ごとに固めて、
彩りよく盛りつけました。



カミカミ食のひじきサラダです。

かじり取る・よく噛む学習のために、**だいこんスティック**がつけました。

咀嚼をするときには、『**なるべく口を閉じてカミカミ、モグモグ、ゴックン**』を合言葉にみんながんばっています！

13:08 | [投票する](#) | 投票数(3)

2016/09/27 [今日の給食～9月27日～](#) | by:[食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、食パン、クリームゴールド、鶏肉のカチャトーラ風、
コールスローサラダ、ぶどう、五目スープ、牛乳です。



普通食のお膳です。

カチャトーラ(Cacciatore)は、イタリア語で「獵師風の」という意味のイタリア料理です。



カミカミ食の鶏肉です。

トマトケチャップソースをからめて
した。

食べやすくしています。



カミカミ食のサラダです。

別添えできゅうりスティックがついま

かじりとりや噛む学習をします。



モグモグ食・ゴックン食のサラダです。

きゅうり・きゃべつ・にんじんを
ウルトラかんでんで固めています。



ゴックン食のぶどうです。

ぶどうジュースをウルトラかんでんで
固めて提供しています。

秋の果物・野菜がおいしい季節ですね。

学校の給食も、調理の工夫をして旬の食材をおいしく提供していきます(*^_^*)

13:00 | [投票する](#) | 投票数(2)

2016/09/26 [今日の給食～9月26日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、テージプルコギ、さつま芋のあんかけ煮、みそ汁、牛乳です。



『テージプルコギ』は、にんにく、ごま油、ねぎで味付けた韓国風おかずです。



カミカミ食のテージプルコギです。



モグモグ食のテージプルコギです。



普通食のさつまいもです。



カミカミ食です。



モグモグ食です。

秋の風物詩『さつまいも』は、カミカミ食ではやわらかく煮て形のあるまま提供しました。つぶしフォークでつぶして食べやすい大きさにしてかじりとりによく噛む学習をしました！

/09/26 | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、チャンポンメン、春巻き、ポイルブロッコリー、果物(梨)、牛乳です。



普通食のお膳です。



『モグモグ食』の春巻き・**ボイルブロッコリー**です。こちらは『ゴックン食』です。

カミカミ食・モグモグ食のボイルブロッコリーは、**やわらかく煮てかじり取りの学習**ができるようになっています。

ゴックン食では、ウルトラかんでんで固めて**なめらかな舌触り**になっています。



カミカミ食は**梨のコンポート**です。

モグモグ食・ゴックン食はウルトラかんで

んで

固めて**のどごしをよく**しています。



13:39 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/09/26 [今日の給食～9月21日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、さんまの梅煮、豚肉とれんこんの元気炒め、ボイルつま、とり汁、牛乳です。



普通食のお膳です。

『カミカミ食』では、さんまに煮汁あん、
ポイルつまはだいこんスティックがつけました。



カミカミ食のおかずです。

だいこんもやわらかく煮て、かじり取れるようにして提供しています。
よく噛んで食べる習慣がついて、じょうずにカミカミしています！

13:13 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/09/23 [今日の給食～9月20日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、彩りハンバーグ、バターソテー、ラフランスゼリー、
玉ねぎとベーコンのスープ、コッペパン、ピーナツクリーム、牛乳です。



普通食のお膳です。



カミカミ食のお膳です。



カミカミ食には別づけで『**にんじんスティック**』がついています。
このにんじんスティックで、
前歯でかじり取ったり、よく噛んだりする**学習**をしています。

『**彩りハンバーグ**』は、ちょうど良いかたさで噛みやすい、
やわらかハンバーグでした。
みんな大好きなハンバーグ、残さず全部食べました！

18:35 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/09/16 [今日の給食～9月16日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、**カレーうどん**、**ツナサラダ**、**オレンジ**、**牛乳**です。



普通食のカレーうどんです。



モグモグ食の麺です。



普通食のツナサラダです。



モグモグ食のツナサラダです。

モグモグ食・ゴックン食は、まぐろ缶・キャベツ・きゅうり・にんじんを**ウルトラかんてん**で固めています。

食形態が変わると、普通、見た目が良くなかったり、どれも同じ色合いになったりしがちですが、

本校の給食は、調理方法を工夫して作っているので、食べやすいだけでなく、
普通食と同じように彩(いろどり)もきれいで食欲がわきます！

18:13 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/09/15 [今日の給食～9月15日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、かに玉あんかけ、里芋のそぼろ煮、お月見ゼリー、わかめスープ、牛乳です。



普通食のかに玉あんかけです。



モグモグ食のかに玉あんかけです。

上あごと舌ですりつぶせるかたさで提供しています。



普通食のみそ汁です。



モグモグ食のみそ汁の具です。

絹ごし豆腐をそのままの形で提供しています。

口の中ですりつぶしの学習をします。



今日のデザート、『お月見ゼリー』です。

ふたの部分に「お月見クイズ」が書いてあります。

先生と楽しく会話をしながら食べると、よりおいしくなりますね！



17:45 | [投票する](#) | 投票数(2)

2016/09/13 [今日の給食～9月13日～](#) | by:[食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、食パン・リンゴジャム、オムレツミートソースがけ、ブロッコリーサラダ、クリームシチュー、牛乳です。



普通食のお膳です。



モグモグ食のお膳です。



モグモグ食のオムレツです。

豚ひき肉・玉ねぎ・トマトピューレ・トマトケチャップ・ソース・砂糖で作ったミートソースです。
みんなとってもおいしそうに食べていました！



モグモグ食・ゴックン食のブロッコリーサラダです。

ウルトラかんてんで固めて提供しています。

ブロッコリー・きゅうり・わかめ・にんじんに和風ごまドレッシングをかけています。

素材ごとにたべてもおいしく、混ぜ合わせてたべてもおいしい！

一人一人がたべやすくなるように、工夫して調理されています！

17:52 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/09/13 [今日の給食～9月12日～](#) | by:[食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、さばのおろし煮、五目炒め、かぼちゃの甘煮、ワントンスープ、牛乳です。



カミカミ食のお膳です。

さばには**和風あん**がかかっています。あんによってまとまり、のどごしがよくなります。



おいしそうなかぼちゃです。

カミカミ食・モグモグ食は、やわらかく煮て形のあるまま提供しています。

かじりとり、よく噛む、すりつぶすの学習をがんばっています！

17:27 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/09/09 [今日の給食～9月9日～](#) | by:[食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、チャーシューメン、ポークシューマイ、キャベツのサラダ、ぶどうゼリー、牛乳です。



普通食のお膳です。

まだスープ無しの状態です。



カミカミ食のラーメンの具です。



モグモグ食のラーメンの具です。

どちらも**具材ごとに「カミカミ」「モグモグ」それぞれの食形態に合わせた調理工夫**がされていて、とても食べやすくなっています！

いんどりもよくて「いいな～おいしそうだな～」と、つい配膳の手を止めて見入ってしまいました(*^_^*)

2学期が始まって、思いのほか悪天候続きで、体調もやや崩れ気味・・・。

おいしい給食をモリモリ食べて、来週も元気に学習しましょう！

18:46 | [投票する](#) | 投票数(1)

2016/09/08 [今日の給食～9月8日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

◇今日の給食は、**さわらのヤンニョムジャン**、ポイルつま、ひじき炒り、豚汁、牛乳です。



普通食の「さわら」と「つま」です。



モグモグ食の「さわら」と「つま」です。

【お料理豆知識】

みなさん、『**ヤンニョムジャン**』はご存じですか？

韓国料理に用いられるソースで、「**薬念醬**」と書きます。薬味のたれ、という意味です。

醤油、ごま油、にんにくなどをベースとして、様々な薬味を組み合わせ、仕上げます。家庭の数、料理の数だけヤンニョムジャンの味があると言われています。



さわらを韓国風に味つけ、おいしい！

Imagine your **Korea**



普通食のひじきです。



モグモグ食のひじきです。

見た目が「まっくろ」ですが、味は格別！

ひじきの中身は、**ひじき、にんじん、油揚げ、椎茸、こんにゃく、えだまめ**とミネラルたっぷり野菜たっぷり栄養満点ですね！

12:32 | [投票する](#) | 投票数(2)

2016/09/07 [今日の給食～9月7日～](#) | by: [食指導委員会1](#)

今日の給食は、とり肉のねぎみそ焼き、ポイルキャベツ、なすの変わり炒め、バナナ、みそ汁、牛乳です。



普通食のお膳です。



モグモグ食のとり肉とポイルキャベツです。モグモグ食のなすの変わり炒めです。



モグモグ食のみそ汁の具
(ほうれんそう・豆麩)です。



モグモグ食のバナナです。



今日も一日暑い日でした。食欲も落ちがちですが、ごはんをしっかり食べてがんばりましょう！

2016/09/06

今日の給食～9月6日～ | by:食指導委員会 1

今日はパン給食、コッペパンとココアクリーム、鮭ソフトチーズフライ、だいこんサラダ、オレンジ、豆たっぷりスープ、牛乳でした。



普通食のお膳です。



モグモグ食：鮭チーズフライ



モグモグ食・ゴックン食：だいこんサラダ

【だいこん・にんじん・きょうり・かにかま】
ウルトラかんてんで固めています。



コッペパン

ミルク粥にココアクリームを混ぜました。
甘いパンがゆは、みんな大好き！
パクパク食べて、完食でした。

16:58 | 投票する | 投票数(1)

2016/09/06 平成28年度食指導研修会報告 | by:食指導委員会 1

◎先日お知らせしておりました、食指導研修会の報告書ができましたので、ぜひご覧ください。

[平成28年度食指導研修会報告.pdf](#)



普通食の中華サラダです。 カミカミ食の中華サラダです。 モグモグ食・ゴックン食の中華サラダです。
モグモグ食・ゴックン食は、**はるさめ・だいずもやし・きゅうり・ロースハム・錦糸たまご**をウルトラかんでんで固めて提供しています。

仕上げに中華ドレッシングをかけました。いろどりがよく、食欲が湧いてきますね！



とうがん (1/4 カット)

さといも

カミカミ食の汁の具です。**とうがん・さといも**はやわらかく煮て形のあるままなので、**かじり取る・噛む学習**ができます。

12:09 | 投票する | 投票数(1)

2016/09/02 **今日の給食～9月2日～** | by:食指導委員会 1

今日は麺給食、「**けんちんうどん**」でした。



普通食のけんちんうどんです。

モグモグ食のけんちんうどんです。

豚肉・豆腐・だいこん・にんじん・ごぼう・ねぎ・さといもと野菜がたっぷり、栄養満点です！

普通食でも、**実態に応じた長さ**にカットして食べやすく工夫しています。



普通食の天ぷらです。

かぼちゃとさつまいもを上あごと舌で押しつぶせる硬さにしています。



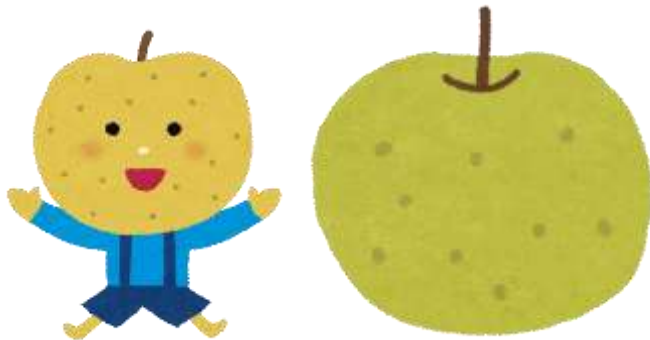
モグモグ食の天ぷらです。



果物の梨です。

かじりとりができるように薄くスライスしました。

サクサクの歯ごたえを感じながらおいしく食べました！



15:16 | 投票する | 投票数(1)

2016/09/01 **今日の給食**～9月1日～ | by:食指導委員会 1

今日の給食は、五目厚焼き卵、お浸し、筑前煮、ヨーグルトかけ、みそ汁、牛乳です。



普通食のお膳です。

カミカミ食です。厚焼き卵には和風あんがかかっています。

にんじんスティックもついていて、かじり取る学習をします。



普通食のごはんです。

おかゆです。

軟らかごはんです。



ヨーグルトかけです。

黄桃とみかんをペースト状にしています。

のどごしよく食べることができます。

12:20 | 投票する | 投票数(1)

2016/08/31 今日の給食～8月31日～ | by:食指導委員会 1

今日のメインは「ソースカツ丼」です。

カミカミ食のカツには、ソースあんがつきました。

モグモグ食とゴックン食のカツは、調味料を混ぜ込んであります。



普通食のソースカツです。

ごはんの上にキャベツとカツをのせて食べます。
食べられます。



カミカミ食のカツです。

ソースあんがかかっているので、
口の中でバラつかないで



カミカミ食のボイルキャベツはやわらかく煮て
ものです。

そのままの形ででています。
かじり取りの学習をします。



カミカミ食のボイルキャベツをカットした

こちらではよく噛む学習をします。

15:37 | 投票する | 投票数(1)

2016/08/30 今日の給食～8月30日～ | by:食指導委員会 1

今日はパン給食で食パンにりんごジャムがつきました。



〈 鶏肉のチーズ焼き ポイルブロッコリー 〉



【カミカミ食】です。

カミカミ食の鶏肉にはコンソメあんがつきました。

普通食ではプロセスチーズですが、特別食では粉チーズを使っています。

カミカミ食・モグモグ食のボイルブロッコリーは、やわらかく煮て形のあるまま提供しています。



【モグモグ食】です。

〈 果物：バナナ 〉

かじりとりの学習に適した果物のひとつがバナナです。

そのままでも◎、スライスしても◎です。

お子さんの実態に応じて学級で加工して提供しています。

12:44 | 投票する | 投票数(2)

2016/08/29 今日の給食～8月29日～ | by:食指導委員会 1

今日から2学期の給食がスタートです！

夏休み中は、お家で好きなもの中心の食事だったかと思いますが、これからまた、学校給食でいろいろな味を味わう学習ができるように、食形態や調理を工夫して提供していきたいと思います(*^_^*)

2学期も本校4つの食形態について、また摂食指導の基本についてなど随時お伝えしていきま～す！

〔お知らせ〕

8月24日(水)に本校において「食指導研修会」が開かれ、本校教職員、栄養士、調理師さんも新学期前に、介助の仕方、食事の姿勢、適切な食具と食形態選びなどについて理解を深めることができました。

後日、本校ホームページで研修会の詳細をお知らせしますのでぜひ覧になってください。

