

ちよつとずつ

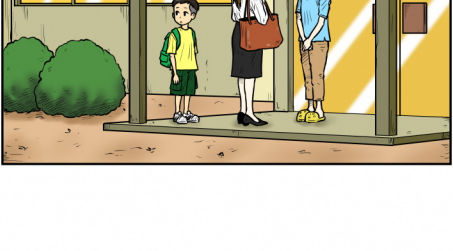
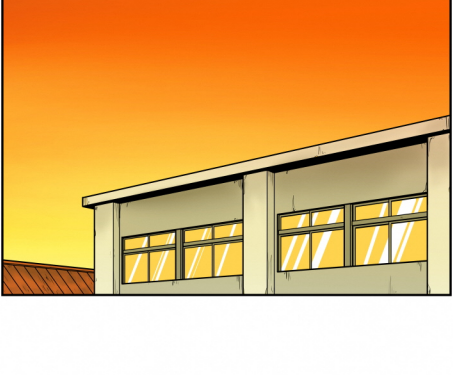
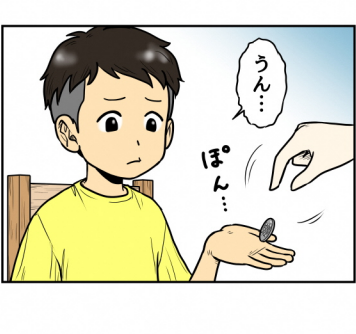
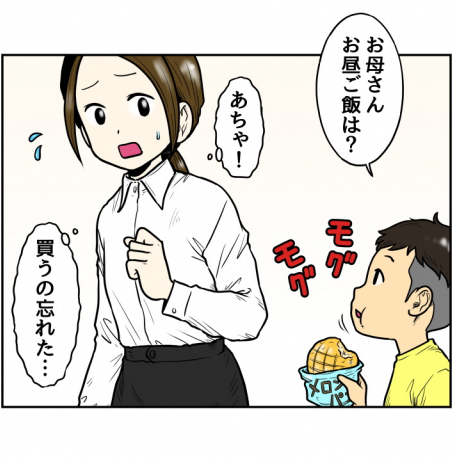
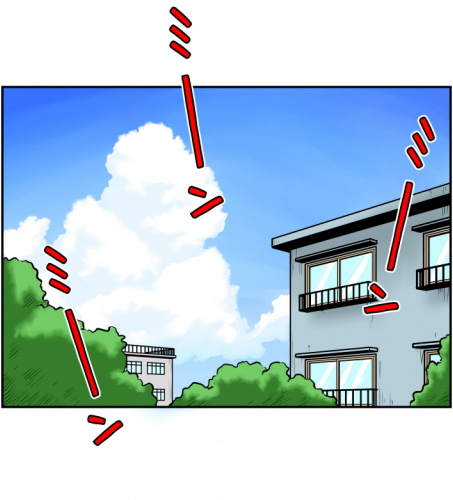
思いやりランチ

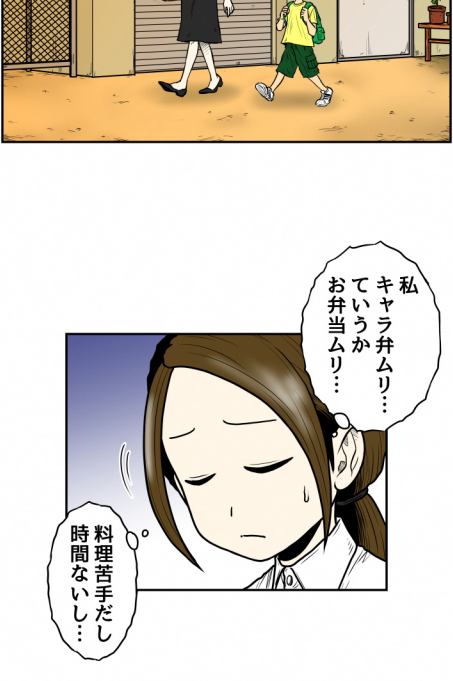
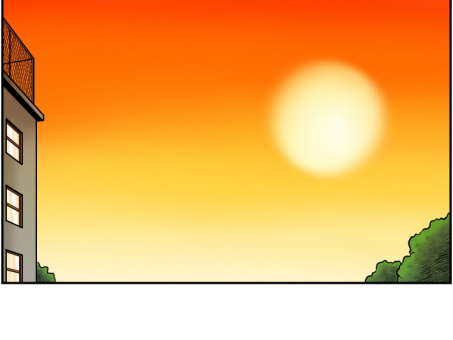
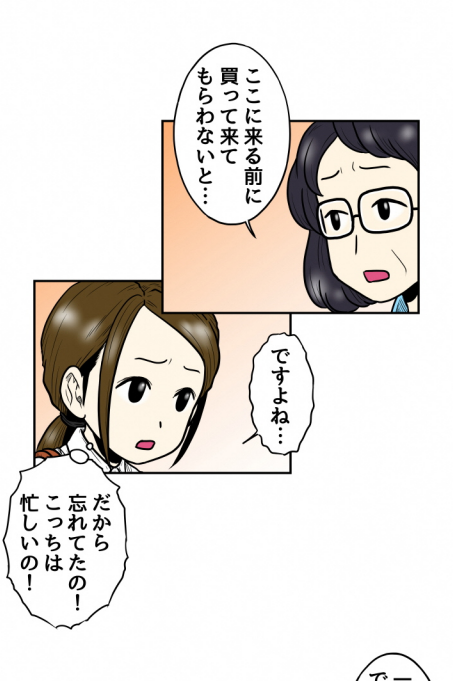
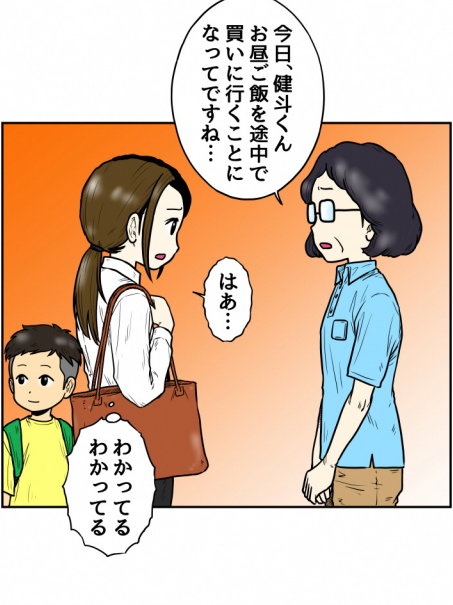


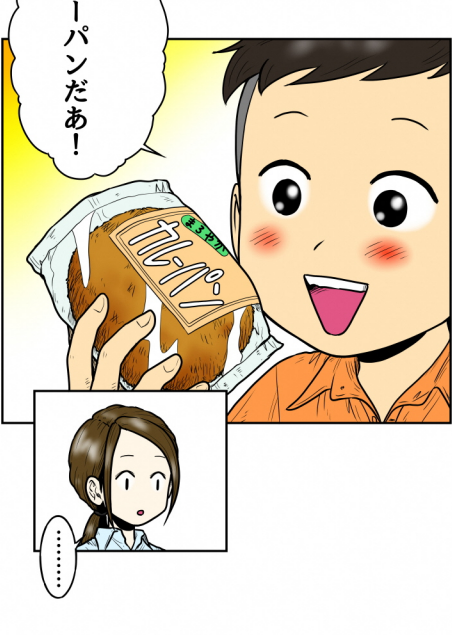
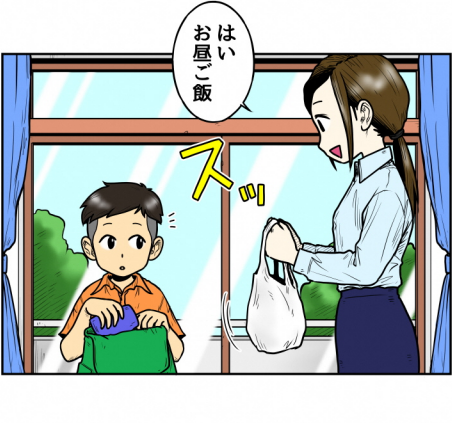
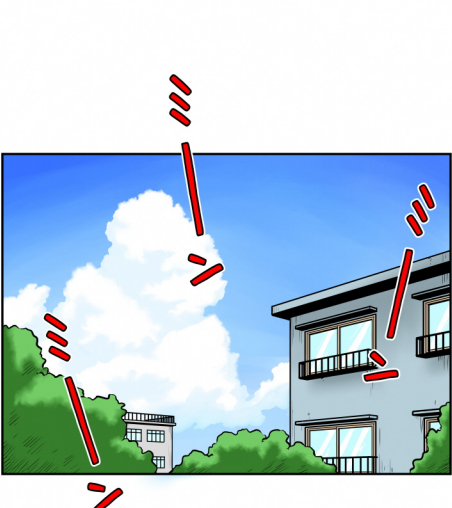
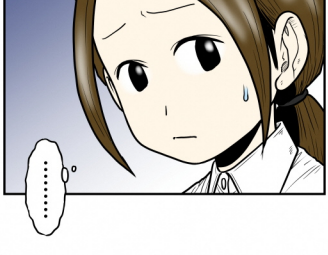
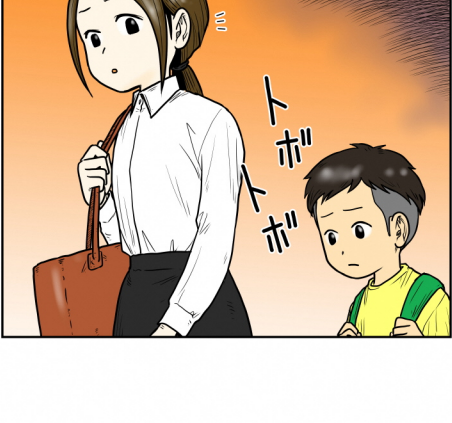
原作 鶴飼秋子

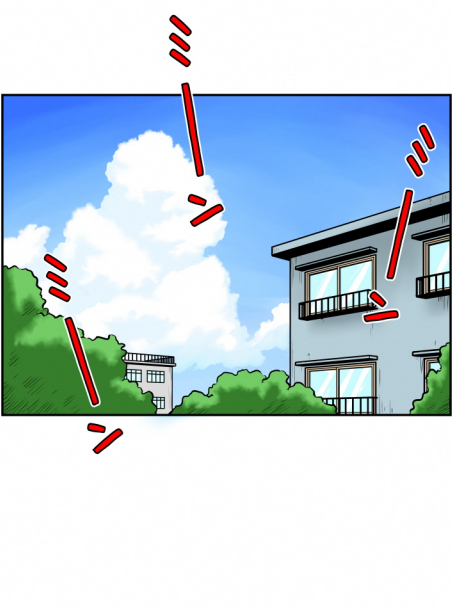
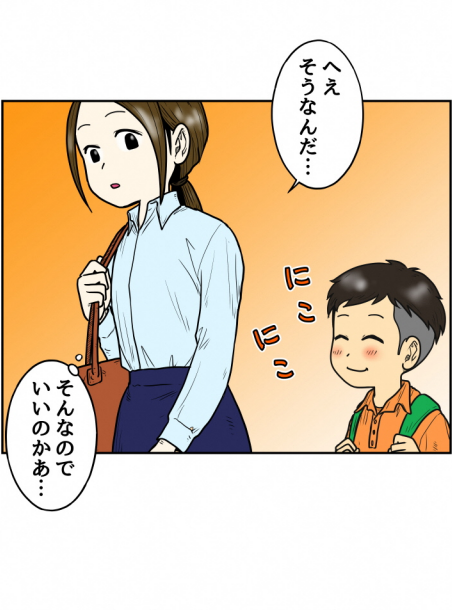
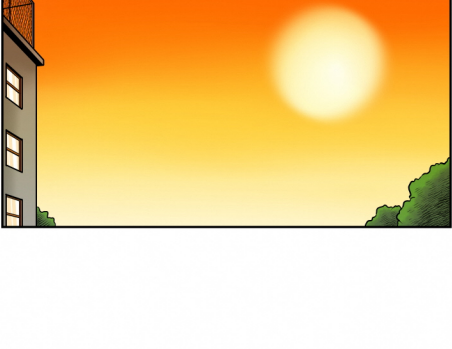
漫画 タネオマコト

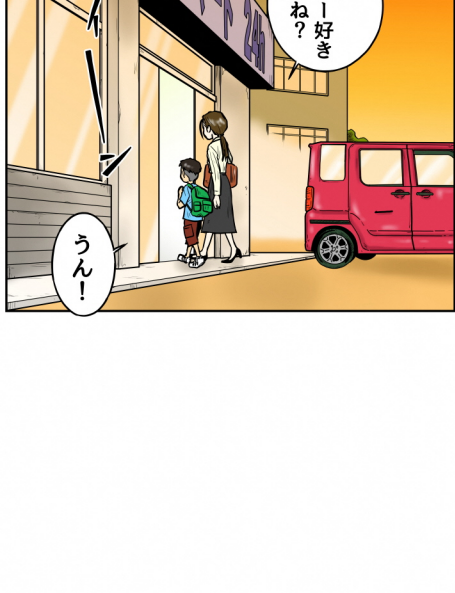
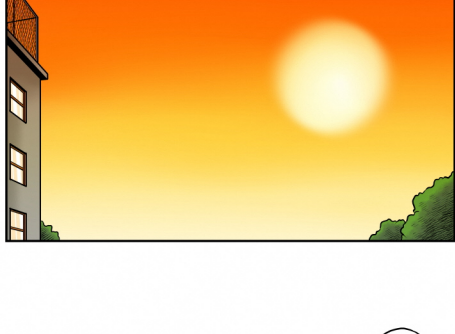


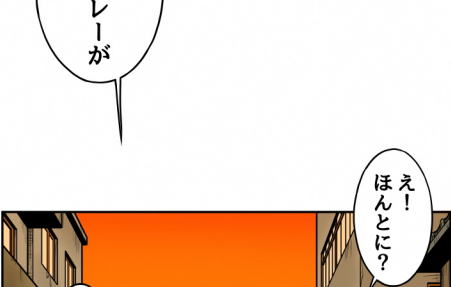
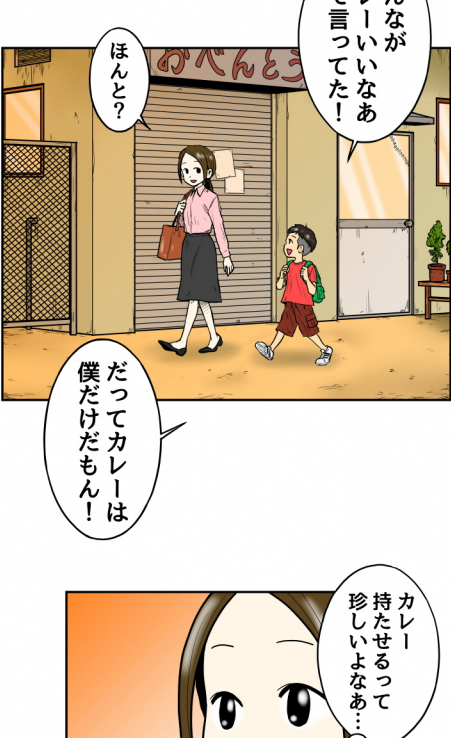
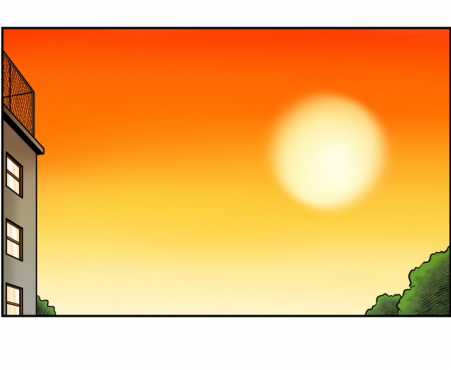
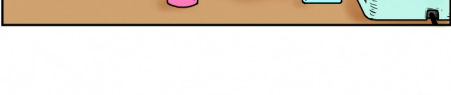


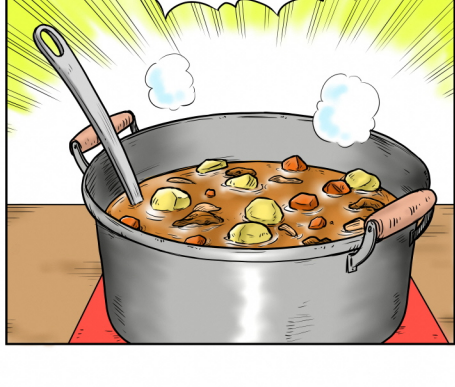
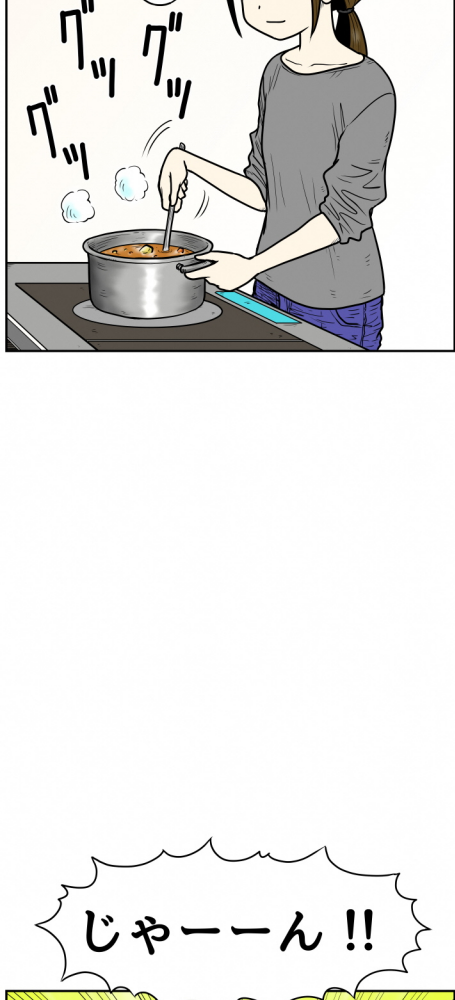
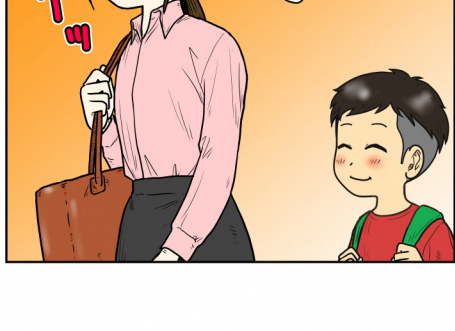
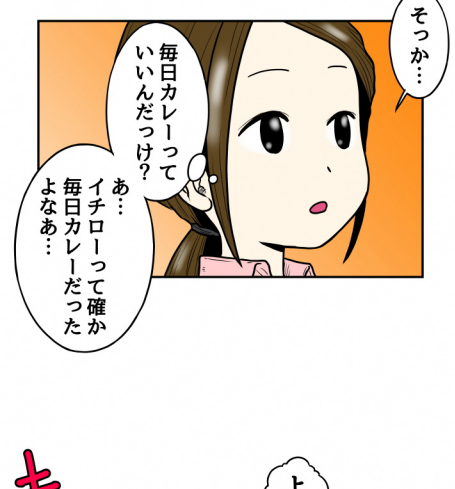


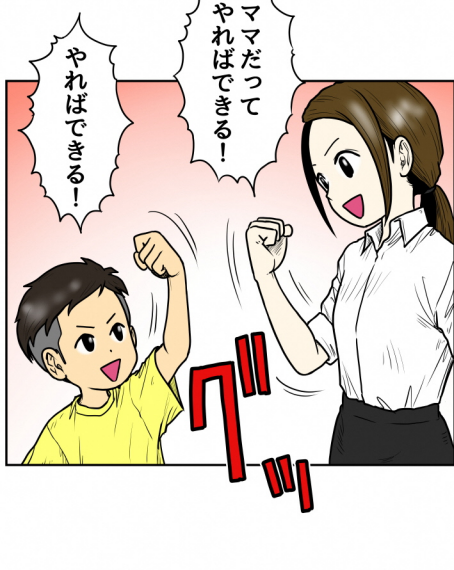
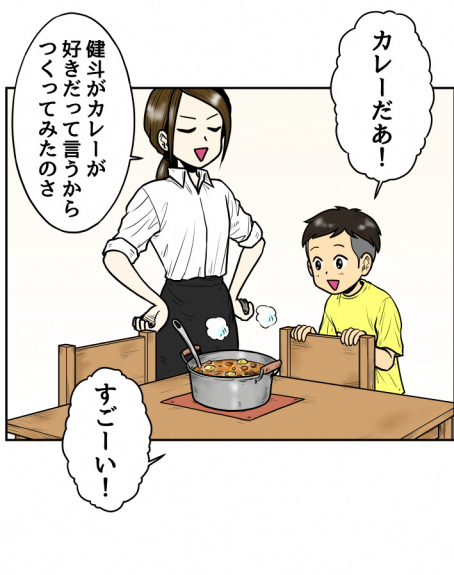




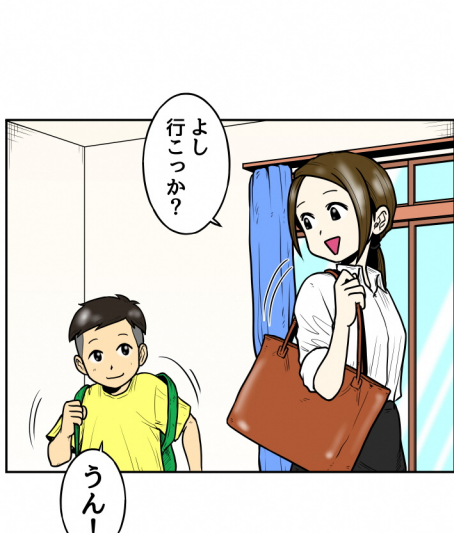








※カレーの持ち運びについては、食中毒予防への配慮が必要です。
詳しくは、消費者庁や各種フードジャーメーカーのホームページなどで
注意点をご確認ください。



おわり

企画制作：北九州市

漫画制作：BOLT

監修：天本理恵

(西南女学院大学 保健福祉部 栄養学科 准教授)



©ていたん、北九州市

北九州市の親育ち・子育てを応援する情報をお知らせするよ！ぜひ、見てね！！

★家庭教育学級

同じ悩みを持つ親同士がつながり、交流しながら学びあう家庭教育学級を開催しています。開催日時や内容については、最寄りの市民センターへお問い合わせください。楽しく学べて、親や子どもたち、また、地域との絆を深めることができる家庭教育学級へ、ぜひ、足を運んでみてください。

ホームページ <https://www.city.kitakyushu.lg.jp/shimin/03400054.html>

★令和2年度 保育所給食献立とおすすめレシピ紹介

認可保育所のバランスのとれたおいしい献立、季節の食材や行事を取り入れた献立と保育所給食おすすめレシピを紹介しています。

ホームページ <https://www.city.kitakyushu.lg.jp/ko-katei/12100211.html>

★学校給食レシピ集

学校給食で人気の献立をレシピ集としてまとめました。

ホームページ https://www.city.kitakyushu.lg.jp/kyouiku/file_0056.html

★学校給食レシピ集2（かんたん！おいしい！朝食レシピ＋お弁当）

給食で人気のメニューを中心に、「朝食」と「お弁当」の作り方をイラストで紹介しています。

ホームページ <https://www.city.kitakyushu.lg.jp/kyouiku/02600014.html>

★学校給食献立レシピコンクール受賞献立レシピ集

レシピコンクールで「北九州市の地場産野菜を使った給食で食べてみたい献立」をテーマに児童・生徒より提案された献立を紹介しています。

ホームページ <https://www.city.kitakyushu.lg.jp/kyouiku/02600068.html>

★栄養士さんの元気レシピ

栄養士さんの元気レシピでは、市役所管理栄養士おすすめのレシピを月ごとに紹介します。

ホームページ <https://www.city.kitakyushu.lg.jp/ho-huku/28000244.html>