

5月 きゅうしよくだより

《 めかみね保育園 》

新緑が鮮やかな季節になりました。子ども達も少しずつ新しい環境に慣れ、笑顔で給食を食べている姿が見れて嬉しく思います。幼児期の食事のマナーは、大人がお手本になると言われています。ご家庭でも食事のマナーを伝えていきましょう。



「いただきます」「ごちそうさま」を大切に

食事の挨拶は、感謝の気持ちを表します。生き物の命をいただく事、食材を育てる人、調達する人、料理を作る人、食卓に運ぶ人など様々な人に感謝しながら食べる事が大切です。

又、子どもの食事のマナーは、一緒に食べる大人の真似から始まります。箸の持ち方、器の扱いも挨拶もお手本になっています。家族で楽しく食卓を囲んで正しいマナーを身に付けたいですね。

安定した姿勢で 食べられるようにしましょう

おなかとテーブルの間はこぶし1つ分.....あける

直角に曲げた腕がテーブルにのる



テーブルと太ももの間は握りこぶし1つ分あける

足の裏がしっかりと床につく



日	曜	献立名	離乳食	つぼみ・ゆり・もも 10時のおやつ	3時のおやつ	行事
1	土	ハンバーガー 牛乳・くだもの	パン粥 くだもの	牛乳 ビスケット	牛乳 クッキー	
6	木	カレーライス アスパラサラダ・くだもの	おかゆ 野菜スープ	牛乳 チーズ	牛乳 フルーツゼリー・ウエハース	
7	金	魚のプロバンス風 チャブチエ	おかゆ 魚のトマトソース	牛乳 ビスコ	牛乳 キャロットケーキ	
8	土	パスタのトマトソース くだもの	麺のクタクタ煮 くだもの	牛乳 ウエハース	牛乳 あんぱん	
10	月	さつま汁 高野豆腐のサラダ・ゼリー	おかゆ さつま汁	牛乳 ひじきクッキー	牛乳 りんごのショートブレッド	
11	火	焼き魚 筑前煮・くだもの	おかゆ 野菜の煮物	牛乳 りんご	牛乳 もっちりどーなつ	
12	水	豆腐の蒲焼き わかめの酢の物	おかゆ 豆腐の煮物	牛乳 フランスパン	牛乳 そら豆・ビスケット	
13	木	魚の西京焼き かき玉汁・くだもの	おかゆ 魚の煮付け	牛乳 いりこ	牛乳 スティックメロンパン	交通訓練
14	金	鶏肉のバーベキューソース カミカミサラダ	おかゆ 鶏団子煮	牛乳 せんべい	牛乳 フルーツヨーグルト	
15	土	肉うどん くだもの	煮込みうどん くだもの	牛乳 ビスケット	牛乳 クリームパン	
17	月	タイピーエン 五目金平・くだもの	おかゆ 野菜スープ	牛乳 野菜クッキー	牛乳 マフィン	
18	火	ぎせい豆腐 のっぺい汁	おかゆ 豆腐の煮物	牛乳 バナナ	牛乳 小倉あえ	
19	水	煮込みハンバーグ ポテトサラダ・ゼリー	おかゆ じゃが煮	牛乳 ビスコ	牛乳 ドーナツ	避難訓練
20	木	魚の酢豚風 中華風コーンスープ	おかゆ 魚のあんかけ	牛乳 せんべい	牛乳 じゃがパン	
21	金	チキンライス・スープ エビフライ・くだもの	おかゆ 野菜スープ	牛乳 ぼんせん	ヨーグルト せんべい	誕生会 ご飯はいりません
22	土	きのこスパゲティ くだもの	麺のクタクタ煮 くだもの	牛乳 シスコーン	牛乳 塩パン	
24	月	豚汁 わかめの菜種和え・ミニトマト	おかゆ 野菜の煮物	牛乳 バナナ	牛乳 手作りプリン	
25	火	魚の蒲焼き 野菜のチャウダー	おかゆ 魚の煮付け	牛乳 チーズ	牛乳 ピザトースト	
26	水	イタリアンハンバーグ ピーナツ和え・くだもの	おかゆ つくねバーグ	牛乳 りんご	牛乳 ふかし芋	
27	木	魚のカレームニエル さつま芋の白和え	おかゆ さつま芋煮	牛乳 フランスパン	牛乳 きな粉だんご	
28	金	栄養揚げ・ごま和え みそ汁	おかゆ 野菜スープ	牛乳 ビスケット	牛乳 金時豆	
29	土	冷しみそラーメン くだもの	にゅうめん くだもの	牛乳 かりんとう	牛乳 ドーナツ	
31	月	親子煮 おからサラダ・くだもの	おかゆ 野菜の煮物	牛乳 せんべい	牛乳 ちんすこう	