

給食だより

子供の家幼稚園

10月です

2021年



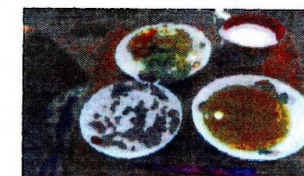
10月の献立

月	火	水	木	金	土
				1 フレーク・牛乳	2
				雑穀米 鮭のアーモンド揚げ きゅうりとハムサラダ 野菜スープ・牛乳 ★黒糖蒸しパン	ジャムサンド クリームシチュー フルーツポンチ ★梅ちりおにぎり
4 パナナ・牛乳	5 おべんとうの日	6 せんべい・牛乳	7 ヨーグルト	8 フレーク・牛乳	9 うんどう遊び会
雑穀米 みそおでん 春雨ときゅうりの酢の物 柿・牛乳 ★もち粉あげ	 ★ばん	雑穀米・みそ汁 ひじきの卵やき ブロッコリーの人参ドレ 牛乳 ★パイナップルケーキ	青菜ごはん 凍りとうふのクリーム煮 さきいかのサラダ みかん ★ばん	雑穀米 鶏肉の照り焼き キャベツのツナサラダ みそ汁 ★バナナムース	
11 パナナ・牛乳	12 チーズ	13 ヨーグルト	14 せんべい・牛乳	15 おたんじょう会	16
カレーうどん ツナとゆで卵のサラダ 牛乳 ★鯉わかめおにぎり	麦ごはん マーボーどんぶり ハムと白菜のスープ りんご・牛乳 ★竜まんじゅう	雑穀米 赤魚の煮つけ かぼちゃの甘煮 ミネストローネ・牛乳 ★じゃこトースト	きのこのおこわ 切り昆布の煮物 豆腐のみそ汁 ヨーグルト ★みたらし団子	雑穀米・みそ汁 豚カツ ほうれん草のごま和え みかん・牛乳 ★小豆蒸しぼん	スープご飯 シュウマイ 白菜のサラダ ★おにぎり
18 パナナ・牛乳	19 チーズ	20 せんべい・牛乳	21 ヨーグルト	22 おたんじょう会	23
雑穀米 みそおでん 春雨ときゅうりの酢の物 柿・牛乳 ★もち粉あげ	麦ごはん 豚どんぶり いんげんのごまよごし みそ汁・牛乳 ★茶漬けとん	雑穀米・みそ汁 ひじきの卵やき ブロッコリーの人参ドレ 牛乳 ★パイナップルケーキ	青菜ごはん 凍りとうふのクリーム煮 さきいかのサラダ みかん ★ばん	雑穀米 鶏肉の照り焼き キャベツのツナサラダ みそ汁・牛乳 ★チーズ蒸しパン	ちゃんぽん ピーマンの昆布和え りんご ★おにぎり
25 パナナ・牛乳	26 チーズ	27 ヨーグルト	28 せんべい・牛乳	29 おたんじょう会	30
カレーうどん ツナとゆで卵のサラダ 牛乳 ★ばん	麦ごはん マーボーどんぶり ハムと白菜のスープ りんご・牛乳 ★竜まんじゅう	雑穀米 赤魚の煮つけ かぼちゃの甘煮 ミネストローネ・牛乳 ★じゃこトースト	きのこのおこわ 切り昆布の煮物 豆腐のみそ汁 ヨーグルト ★みたらし団子	雑穀米・みそ汁 豚カツ ほうれん草のごま和え みかん・牛乳 ★小豆蒸しぼん	スープご飯 シュウマイ 白菜のサラダ ★おにぎり

爽やかな秋、味覚の秋がやってきましたね。
果物、新米、鮭、さつまいもなど秋はおいしい食材がいっぱいです。
今月は、新米、きのこのおこわ、鮭のアーモンド揚げを
給食に入れてみました(´◇`)

★8月11日の給食のメニューです。(黄組)

雑穀米
シイラのマヨネーズ焼き
キャベツとトマトのサラダ
みそ汁・牛乳



A 幼児期の丸飲みにも 上手に対応しましょう

幼児期には丸飲みを心配するあまり「OO回噛みましょうね」と一口ごとに声をかけるのはよくあるケース。しかし、「おいしく味わう」という観点からみるとあまりおすすめてできません。奥歯が生えそろうと、上手に咀嚼して食べられるようになります。必要以上に神経質に考える必要はありませんが、楽らかい食事に偏ったり、いつでも飲み物が飲めたりすると、噛む習慣が身につきません。反対に硬いものばかりでは、食欲のある子は丸飲みが癖になってしまうので、適度にバランスをとりながら献立を考えることが大切です。



★家庭での食事の時は、
「いい音するかな?」「お口に入ってるの何かな?」
など聞き耳をたてる仕草をしてみると良いですね。
テレビを消して会話を楽しむなど環境作りも大切です。

★食材等の関係で献立が代わることもあります。★おやつは預かり保育(延長)の子どものみとなります。