



2がつのこんだてひょう

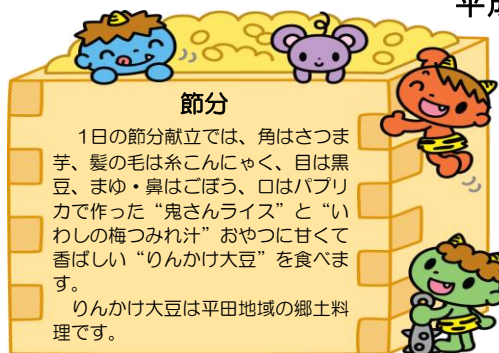


平成31年 わにぶち保育所

今月の目標 ～残さず何でも食べよう～

給食時の様子を見ていると、3～5歳児さんは食材に興味を持ち、みんなで楽しく話をしながら食事をしています。0～2歳児さんは、苦手な食べ物でも自分から一口食べてみようとする姿が見られるようになってきました。友だちや周りの大人がおいしそうに食べることは、『自分も食べてみよう』という気持ちに繋がります。一緒に食べる大人がおいしそうに食べたり、「おいしいね」と言葉かけをしたりして何でも食べられるような雰囲気作りをします。また、紙芝居や絵本を読んで食べ物の働きを伝えたり、好き嫌いなく食べることの大切さを伝えたりします。

3～5歳児さんは自分が食べられる量が少しずつ分かってくるので、食べる前に量を調節して、残さず食べられたという達成感が味わえるように伝えていきます。



金

1 豆まき会

(午前おやつ1.2歳児)

煮昆布・牛乳

鬼さんライス
鶏肉のさっぱり焼き
ブロッコリーの
ごまマヨ和え
いわしの梅つまれ汁
りんかけ大豆
牛乳

月	火	水	木	
4	5	6	7	8
ふかし芋 パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉の和風ピカタ あらめの炒め煮 きのこのみそ汁 じゃこと春菊のチャーハン パスチャライズ牛乳	チーズ お茶 ごはん 魚の照り焼き ほうれん草のお浸し 五目汁 ぼんかん さつま芋蒸しパン 牛乳	高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳 ごはん ポークビーンズ キャベツの和え物 わかめスープ ツナしょうがおにぎり 牛乳	かりかりいりこ 牛乳 ★五目ラーメン れんこんと 鶏そぼろの甘辛煮 白菜の昆布和え いよかん 中華おこわ 牛乳	大根のおかか和え 牛乳 ごはん 魚のかば焼き 小松菜のコーン和え 里芋のみそ汁 かぼちゃおやき 牛乳
11 建国記念の日	12	13	14 クッキング	15
	麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 高野豆腐の唐揚げ 小松菜と切干し大根 のごま酢和え 鶏ごぼう汁 いかおにぎり パスチャライズ牛乳	煮豆 お茶 ごはん 牛肉とブロッコリー のオイマヨ炒め 春雨の酢の物 麩のみそ汁 鶏そぼろおにぎり 牛乳	煮昆布 牛乳 麦入りごはん カレイの干物 キャベツの煮物 呉汁 りんご ★ じゃがりこ 牛乳	きな粉マカロニ 牛乳 ごはん ぎょうざ カリフラワーの 中華和え チンゲン菜のスープ 大学芋 牛乳
18	19 弁当の日	20 誕生会	21	22
りんご・お茶 ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ なめこ汁 のりおにぎり・かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	豆乳スープ・お茶 	きな粉豆・牛乳 ドライカレー カラフルサラダ フルーツヨーグルト チーズケーキ お茶	人参プリッツ・牛乳 ごはん 豆腐ナゲット ごぼうサラダ さつま芋のみそ汁 雑炊 お茶	みたらし団子・お茶 金時豆入りごはん ★魚の塩こうじ焼き 切干し大根とひじきの煮物 あさりのみそ汁 はるみオレンジ 小松菜と豚肉のふりかけおにぎり 牛乳
25	26	27	28	
ココアクッキー・お茶 ごはん 揚げレバーの カレーソース和え おからサラダ 春菊と卵のすまし汁 黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳	蒸しかぼちゃ・牛乳 ごはん ★魚のムニエル りっちゃんサラダ ★そうめん汁 長芋の和風ドリア 牛乳	粉ふき芋・お茶 ごはん れんこんのしんじょう 納豆和え 生揚げのみそ汁 はるみオレンジ ポン・デ・黒ごま 牛乳	かりかりいりこ・牛乳 ビビンバ丼 ポテトサラダ しじみのすまし汁 鮭ときのこの炊き込みごはん お茶	※青字は新作メニューです！ ※★印はもみじ組さんの希望 メニューです。おたのしみ に！

すいかえ仮面がやってきたよ！ 1月の食育活動の様子から

良い姿勢で食べると良いことについてわかりやすく伝えるため、『すいかえ仮面』の劇をしました。子どもたちはとても喜び、目をキラキラさせて真剣に劇を見てくれました。

すいかえ仮面が「今から良い姿勢を三つ、悪い姿勢に変えるよ～」とすいかえて「わかるかな？」と聞くと子どもたちは「脚が椅子にあがってる」「茶碗持ってない」「背筋がのびてない！」とすぐに答えてくれました。

その日の食事の時間に様子を見に行くと、子どもたちはとても良い姿勢で椅子に座り、食器を手に持って食べていましたよ。

すいかえ仮面だ！

背筋をのばして！

ちゃんこ鍋を食べました

すもう大会千秋楽の日にみんなで土鍋を囲み、雰囲気を楽しみながらちゃんこ鍋を食べました。季節の野菜と魚、肉がたくさん入ったあつあつの鍋の中身はあつという間に空になりましたよ。

湯気がでてる～

わああ

開けるよ～



＜クッキングのお知らせ＞

14日は**じゃがりこ**を作ります。3・4・5歳児さんはエプロンと三角巾の用意をお願いします。

ハート型♡に型抜きをして作りますよ。

＜紙芝居の紹介＞



『はなたらうとあかべえ』

赤色の食べ物ばかりを食べる赤鬼と何でも食べるはなたらうが相撲をするお話です。どっちが勝つか？今月は栄養士が以上児さんのお部屋へ読みにいきます。

