



# 給食だより

## 5月号

担当 宮本 景子

### 今月の食育目標

- サイホージ・・・食材に興味を持ち楽しんで給食を食べる。
- トーキョー・・・お箸の持ち方を意識して食べる。
- ニューヨーク・・・食器の並べ方を覚える。
- ロンドン・・・楽しい雰囲気の中でよく噛んで食べる。
- パリ・・・・・・・・・・ゆったりとした雰囲気の中で食事することを楽しむ。

スナップエンドウ、絹さやの収穫をしました。  
今年もたくさんとれました、皆で収穫した豆は  
塩ゆでにして、給食で食べています(^\_^)甘みが  
ありとてもおいしいです(≧▽≦)



### おはしを使い始めるときに

おはしを使い始めるタイミングは焦る必要はありませんが、子どもが指をじょうずに動かせるようになり、はしに興味をもったら、少しずつ進めます。



まずは子どもの手に合った長さのおはしを用意し、丸めたティッシュやスポンジをつまむ遊びから始めてみましょう。

### 毎月19日は「食育の日」です

食育基本法に基づく食育推進計画では、毎年6月を食育月間、毎月19日を「食育の日」と定めています。ご家庭でも日々の食事を振り返ったり、旬

の食材を使った料理を食べたり、子どもと食を通したコミュニケーションがとれる日にできるといいですね。





- The News Restaurant Milanese PSYHOUI -  
中央保育園 西方寺 認定こども園 献立予定表 [ミラネーゼ]



5月

日	曜	行事	未満児朝おやつ	昼食 (副食)	3時のおやつ
1	日				
2	月		牛乳 せんべい	親子丼 マカロニサラダ パナナ	お茶 ヨーグルト ビスケット
3	火	憲法記念日			
4	水	みどりの日			
5	木	こどもの日			
6	金		牛乳 クラッカー	魚の天ぷら 野菜のごま和え みそ汁	牛乳 チーズ蒸しパン
7	土		牛乳 ラスク	やきそば たまごスープ	果汁 サッポロポテト
8	日				
9	月		牛乳 かりんとう	ホイコーロー 中華スープ 果物	牛乳 カントリークッキー
10	火		牛乳 せんべい	のっぺい汁 切干大根煮 納豆	牛乳 ジャムサンド
11	水		牛乳 野菜バー	鶏のマーマレード焼き ひじきサラダ みそ汁	牛乳 パナナケーキ
12	木		牛乳 小魚チップス	カレーライス コールスローサラダ 福神漬	お茶 ゼリー ビスケット
13	金		牛乳 丸ぼうろ	厚焼き玉子 栄養きんぴら わかめスープ	牛乳 蒸しパン
14	土		牛乳 サブレ	チキンライス 野菜スープ	果汁 ヨーグルト せんべい
15	日				
16	月		牛乳 ビスケット	魚の西京焼き 酢の物 玉子スープ	牛乳 お麩ラスク
17	火		牛乳 クラッカー	筑前煮 おかか和え みそ汁	牛乳 コーンマヨパン
18	水		牛乳 ステックパン	しゅうまい バンバンジーサラダ スープ	お茶 ヨーグルト せんべい
19	木		牛乳 せんべい	ハヤシライス マカロニサラダ 福神漬	牛乳 ラスク
20	金	お誕生会	牛乳 野菜かりんとう	お楽しみに・・・♪♪	牛乳 ケーキ
21	土		牛乳 ビスコ	五目ピラフ みそ汁 福神漬	果汁 ベジたべる ゼリー
22	日				
23	月		牛乳 加ゆみせんべい	そばろご飯 切干大根サラダ みそ汁	牛乳 ココアクッキー
24	火		牛乳 乾パン	魚のみそ焼き きんぴらごぼう かきたま汁	牛乳 ピザトースト
25	水		牛乳 ウエハース	麻婆豆腐 ナムル わかめスープ	牛乳 ホットケーキ
	木		牛乳 せんべい	魚のフライ 野菜サラダ みそ汁	お茶 ヨーグルト ウエハース
27	金		牛乳 牛乳かりんとう	豚汁 ひじきの炒め煮 パナナ	牛乳 キャロット蒸しパン
28	土		牛乳 ビスケット	二色ご飯 みそ汁	果汁 パームケーキ ゼリー
29	日				
30	月		牛乳 野菜バー	五目ビーフン 手作りふりかけ みそ汁	お茶 ヨーグルト パナナ
31	火		牛乳 せんべい	鶏の照り焼き 野菜のごま和え みそ汁	牛乳 マカロニあべかわ
<p>ごっくん期 (5~6ヶ月) やわらかく煮てすりつぶしたもの</p>			<p>もぐもぐ期 (7~8ヶ月) 舌でつぶせる豆腐のかたさ</p>		<p>かみかみ期 (9~11ヶ月) 歯茎でつぶせるかたさ</p>

※離乳食はお子様の進み具合に合わせておかず、おかゆ等に調理します。

※朝おやつは、3歳未満児のみです。※お誕生会もお箸とスプーンを使います。