3がつのこんだてひょう

令和6年　中部保育所

今月の目標　マナーを守って楽しい雰囲気で食事をしよう

今年度も残すところあとひと月ですね。子どもたちは、給食のお手伝いや食育活動を通して食べ物に興味を持ったり、苦手なものも食べられるようになったりと、成長を感じています。

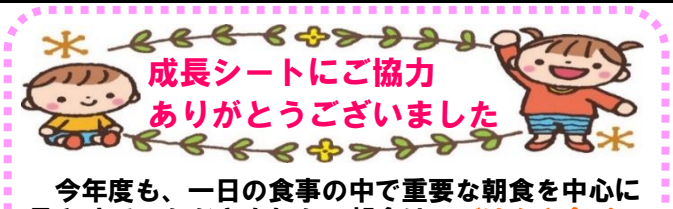
きりん組は、保育所で食べる給食もあとわずかですね。先月に引き続き、今月も平田保育会４施設の年長児の希望メニューを入れています。一年間伝えてきた食事マナーをもう一度見直し、みんなで楽しい雰囲気で食べられるようにしていきます。

※ 青字は
新メニューです♪

月	火	水	木	金
				1　ひなまつり・誕生会
				（午前のおやつ0・1・2歳児） 黒ごませんべい・牛乳
				ちらし寿司 鶏肉の照り焼き 彩り和え 焼きさつま芋 はんぺん汁
				フルーツポンチ お茶
4	5	6	7　弁当の日	8　お別れ会
麩のココアラスク パスチャライズ牛乳	さつま芋のオレンジ煮 牛乳	煮豆 お茶	きな粉マカロニ お茶	煮昆布 牛乳
ごはん 松風焼き あらめの炒め煮 小松菜のコーン和え 舞茸のみそ汁	ごはん 魚のフライ きんぴらごぼう きゅうりとささみの酢の物 春キャベツのみそ汁／ぶんたん	ごはん キッズマーボー れんこんの梅マヨ和え 焼きブロッコリー チンゲン菜のスープ		鮭ピラフ／ピザ 鶏肉のオニオン焼き 春巻き ボイル野菜 春キャベツのスープ／デコポン
のりおにぎり／かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	茶飯おにぎり 牛乳	ごまチャーハン 牛乳	いちご大福 お茶	米粉のクッキー お茶
11	12	13	14	15
いちごヨーグルト お茶	野菜クラッカー お茶	蒸し南瓜 牛乳	麩の黒糖がらめ お茶	ココアクッキー お茶
ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜と切干大根の和え物 きのこのしょうゆ焼き コーンスープ	ごはん ハンバーグ ブロッコリーのサラダ れんこんきんぴら もやしのスープ	ごはん 揚げレバーの中華風 ポテトサラダ 春キャベツの磯香和え ほうれん草のみそ汁	ごはん 魚の香味焼き ブロッコリーのカレーマヨ炒め フライドポテト 鶏ごぼう汁／りんご	ごはん とんかつ カラフルサラダ ひじきのソテー 白菜のみそ汁
わかめおにぎり パスチャライズ牛乳	あさりしぐれおにぎり 牛乳	チーズ五目おこわ お茶	切干大根おにぎり 牛乳	しそおにぎり 牛乳
18	19	20　春分の日	21	22
チーズ お茶	かりかりいりこ 牛乳		人参プリッツ お茶	りんご 牛乳
板わかめごはん 豚肉のしょうが焼き はりはりなます ふかし芋 しじみのすまし汁	ごはん おでん 里芋のみそがらめ 春キャベツの和え物 いよかん		ごはん 魚の塩こうじ焼き ほうれん草のおかか和え 煮昆布 クリームシチュー	カレーライス 和風サラダ 焼きアスパラ デコポン
カルシウムふりかけおにぎり パスチャライズ牛乳	ぼたもち 牛乳		チキンライス 牛乳	鶏そぼろおにぎり 牛乳
25　修了式	26	27	28	29
麩の青のりスナック パスチャライズ牛乳	きな粉豆 牛乳	カレークラッカー 牛乳	もちもちおから お茶	希望保育
ごはん 厚焼き卵 春雨の酢の物 焼き南瓜 なめこ汁	ごはん 魚の衣焼き チンゲン菜の煮物 もやしのごま酢和え そうめん汁	ごはん すき焼き風煮 ブロッコリーのツナ和え 煮豆 りんご	ごはん 魚の煮付け 納豆和え 春キャベツの浅漬け あさりのすまし汁／いよかん	弁当・水筒の準備を お願いします。
梅かつおおにぎり パスチャライズ牛乳	レタスチャーハン 牛乳	米粉のドーナツ 牛乳	炊き込みごはん 牛乳	

お皿ピカピカ大作戦☆

２月の目標は、『残さず食べよう』と『感謝して食べよう』でした。うさぎ・ぱんだ・きりん組では、自分で決めた量を食べることができたら台紙にシールを貼り、食べられたという達成感を味わいました。また、おいしい食べ物を作るには、たくさんの人の手間暇がかかっていることや、自分たちの身体を作るために食べ物から命を頂いているということを、絵本や紙芝居を読んだり、給食のだしとして使用した後の鶏ガラを子どもたちに見せたりして伝えました。これからも、食べ物を大切に思って残さず食べて欲しいと思います。



成長シートにご協力ありがとうございました

今年度も、一日の食事の中で重要な朝食を中心に見させていただきました。朝食は、ごはんや食パンなどの主食、肉・魚・卵などのたんぱく源、野菜や果物を組み合わせたおかずがあると栄養のバランスが良くなります。好き嫌いや登所時間もあると思いますが、お子さんの成長のために主食だけではなく、一口でもおかずを食べて登所しましょう。

今後も、お子さんの成長を食事の面からサポートしていきます。そして、保護者の皆様と共に、お子さんの健康な身体づくりに取り組んでいきたいと思います。