



6がつのこんだてひょう



6月4日は虫歯予防デーです。生涯にわたり、おいしく食べるためには、歯と口の健康はとても大切です。そのために、子どものうちからよく噛んで食べる習慣を身につけたいですね。「噛む力を育てること」は、「固いものを食べさせること」ではありません。弾力のあるもの、噛み切りにくいもの、粘りのあるものなど、色々な食感の食べ物を体験しましょう。また、早食いや丸飲みにならないよう、「よく噛もうね」と声をかけたり、口にいっぱい頬張ったり、飲み込む前に次の一口を食べたりしないよう見てあげてくださいね。

そして今月は、全クラスの子もたちに大人気のかみかみくん人形が給食やおやつ時間に登場します！かみかみくんと一緒に、楽しみながら噛む習慣を身につけたいと思います。

※青字は新作メニューです。

(★はかみかみメニューです)

令和6年 中部保育所

月	火	水	木	金
3 (午前のおやつ0・1・2歳児) 麩の黒糖がらめ お茶	4 節句会 かりかりいりこ お茶	5 米粉クッキー お茶	6 弁当の日 人参プリッツ お茶	7 きな粉マカロニ お茶
ごはん 厚焼き卵 ひじきのマリネ いんげんのおかか和え しめじのみそ汁	ちまき(2歳児以上) ごはん(0・1歳児) 鶏肉の梅しそ焼き ★ はりはりなます 五目汁 デラウェア	ごはん 豚肉のしょうが焼き おからサラダ アスパラの桜エビ和え なめこ汁		ごはん 魚の南蛮漬け ブロッコリーのごま和え 新じゃが芋の煮物 油揚げのみそ汁 かわちばんかん ツナしょうがおにぎり 牛乳
黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳	牛しぐれおにぎり 牛乳	ひじきおにぎり 牛乳	かしわもち 新茶 	
10 チーズ お茶	11 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	12 きな粉南瓜 お茶	13 誕生会 煮豆 お茶	14 野菜クラッカー お茶
ごはん 鶏肉の磯焼き ★ かみかみサラダ いんげんのごま和え 豆乳入りみそ汁 レタスチャーハン パスチャライズ牛乳	親子丼 ★ まめなサラダ 焼きブロッコリー 厚揚げのみそ汁 りんご 甘辛じゃが芋 牛乳	ごはん じゃが芋の肉みそグラタン ワレットのサラダ ★ ごぼうサラダ しじみのすまし汁 パエリア風ごはん 牛乳	ドライカレー スティック野菜 (ツナチーズディップ添え) ベイクドポテト セミノー 米粉のケーキ(デラウェアソース添え) 牛乳	ごはん 魚の煮付け ブロッコリーの磯香和え ささみの梅だれ和え 小松菜のみそ汁 カルシウムたっぷりおにぎり 牛乳
17 麩の青のりスナック お茶	18 ぱりぱりせんべい お茶	19 豆乳スープ お茶	20 みたらし団子 お茶	21 カレークラッカー お茶
ごはん ぎせい豆腐 小松菜のコーン和え ★ きゅうりの中華漬け 春雨スープ	ごはん 魚の変わり焼き アスパラサラダ あらめの炒め煮 あさりのすまし汁 りんご	ごはん 春巻き 納豆和え ボイルブロッコリー はんぺん汁	ごはん 魚の照り焼き カラフルサラダ ★ 揚げごぼう ふわふわスープ	ごはん 牛肉とごぼうの甘辛煮 ほうれん草の和え物 焼きパプリカ あごのつみれ汁 デラウェア 
昆布ごはん パスチャライズ牛乳	梅かつおおにぎり 牛乳	洋風じゃが芋もち 牛乳	新茶のふりかけおにぎり 牛乳	★ たこおにぎり 牛乳
24 煮昆布 お茶	25 一日保育士 いちごヨーグルト お茶	26 もちもちおから お茶	27 粉ふき芋 牛乳	28 りんご お茶
ごはん 鶏肉の照り焼き 和風サラダ 焼き南瓜 切干大根のみそ汁 夏みかん	ごはん 魚の塩こうじ焼き ★ 筑前煮 もやしのごま酢和え じゃが芋のみそ汁	ごはん キッズマーボー キャベツの甘酢和え ワレットの和風ツナ和え 中華スープ	ごはん 魚の衣焼き 白和え 南瓜の煮物 わかめのすまし汁 デラウェア	ごはん 鶏肉のオイスタソース煮 野菜のごまドレッシング和え ちくわの磯辺揚げ ほうれん草のみそ汁
炒り玄米おにぎり・かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	鶏そぼろおにぎり 牛乳	焼きビーフン 牛乳	お焼きごはん 牛乳	じゃこおにぎり 牛乳

こいのぼりクッキーを作りました

きりん組とぱんだ組で、「子どもの日献立」の日にこいのぼりクッキーを作りました。まずは、保育士がプレーンとココアの生地を混ぜるところを見てから、2種類の生地を使って一人ずつオリジナルのこいのぼりの形を作りました。子どもたちが「できました！」と言って調理室に運んできたクッキーはとても個性豊かで、可愛いこいのぼりがたくさん泳いでいましたよ。そして昼寝の時間に焼き、午後のおやつで食べました。あっという間に完食する子や、大事そうに見つめながらゆっくり食べる子など、味わう時も楽しんでいる姿がありました。



食育活動の様子

うさぎ・ぱんだ・きりん組の子どもたちに、食事のマナーについて話をしました。保育士と調理担当者が、箸や食器を持って見せてO×クイズをする、「椅子の座り方が変だよ」「お皿を持って食べてないよ」と話していた子どもたちです。そしてクイズをした後、子どもたちにも良い姿勢や食器の持ち方をしてもらいました。今後も食事のマナーについて、子どもたちに分かりやすく知らせていきたいと思います。

