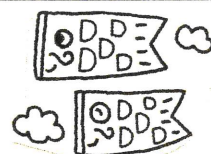




5月のこんだて



東山中央保育園

R7. 5

	献立名	おやつ(3時)	未満児(9時半)
1日(木)	ごはん・五目みそ汁・切り干し大根煮	牛乳・フライドポテト	牛乳・丸ボーロ
2日(金)	ごはん・魚のトマトソース焼き・卵スープ	牛乳・こいのぼりパン	牛乳・バナナ
7日(水)	ごはん・団子汁・カニカマの酢の物	飲むヨーグルト・菓子	牛乳・ビスコ
8日(木)	ごはん・じゃがいものミートソース煮・あげ入りごま和え	牛乳・ヨーグルト和え	牛乳・クラッカー
9日(金)	ごはん・ポークカレー・バナナ・チーズ	牛乳・スティックパン	牛乳・卵ボーロ
10日(土)	焼きそば・ジュース	牛乳・菓子	牛乳・せんべい
12日(月)	ごはん・クリームシチュー・和風サラダ	牛乳・抹茶入りケーキ	牛乳・ビスケット
13日(火)	ごはん・魚の揚げ煮・ツナ入り酢の物・すまし汁	牛乳・コーンフレーク	牛乳・バナナ
14日(水)	ごはん・ポークビーンズ・スパサラダ	ジュース・菓子	牛乳・チーズ
15日(木)	ごはん・チーズ入りハンバーグ・しらすの酢の物	牛乳・安倍川マカロニ	牛乳・クッキー
16日(金)	ごはん・魚の煮付け・ほうれん草のナムル・トマト	牛乳・バナナ・菓子	牛乳・丸ボーロ
17日(土)	肉わかめうどん・オレンジ	牛乳・菓子	牛乳・せんべい
19日(月)	ごはん・ハヤシシチュー・納豆和え	牛乳・フレンチトースト	牛乳・みかん缶
20日(火)	ごはん・サバの塩こうじ焼き・中華スープ・アスパラ	牛乳・フルーツムース	牛乳・ビスコ
21日(水)	ごはん・麻婆豆腐・フレンチサラダ	飲むヨーグルト・菓子	牛乳・卵ボーロ
22日(木)	ごはん・スパニッシュオムレツ・ごま酢和え	牛乳・バナナケーキ	牛乳・クラッカー
23日(金)	ごはん・厚揚げの煮物・マカロニサラダ	牛乳・せんべい	牛乳・ビスケット
24日(土)	チャンポン・バナナ	牛乳・菓子	牛乳・丸ボーロ
26日(月)	カレーピラフ・かぼちゃスープ・春雨の酢の物・ミニゼリー	プリン・菓子	牛乳・クッキー
27日(火)	ごはん・魚のムニエル・豆腐汁・オレンジ	牛乳・手作りパン	牛乳・せんべい
28日(水)	ごはん・けんちん汁・ひじきサラダ	ジュース・菓子	牛乳・バナナ
29日(木)	ごはん・クリームコロッケ・昆布和え	牛乳・枝豆・菓子	牛乳・ビスコ
30日(金)	ごはん・ひき肉カレー・フレーク和え	ヨーグルト・せんべい	牛乳・クラッカー
31日(土)	中華スパゲティ・ジュース	牛乳・菓子	牛乳・ビスケット

〈5月の食育目標〉

- ・きちんといすに座って「いただきます」「ごちそうさまでした」を言いましょう。
- ・よく噛んで食べましょう。

13日(火)バイキング給食(花ぐみ)

どんなメニューが並ぶかな？
おたのしみに♡

26日(月)お誕生会給食

※気温が高くなってきました。水筒を忘れずに持たせてください。



食べるときの 机・椅子・姿勢



椅子に座っての食事は、1人でお座りができるようになる頃を目安に行います。テーブルは肘を曲げた状態で腕を90度に置ける高さに。椅子は、ももが圧迫されないこと、足の裏がきちんと床に着くこと、猫背にならず楽な姿勢で座っていただける物を選びましょう。また、両肘を広げても隣とぶつからない距離をとることも大切です。