



10月のこんだて



東山中央保育園

R7. 10

	献立名	おやつ(3時)	未満児(9時半)
1日(水)	ごはん・ポークビーンズ・切干大根の変わり和え	ジュース・菓子	牛乳・バナナ
2日(木)	ごはん・厚揚げの煮物・スパサラダ	ヨーグルト・せんべい	牛乳・丸ボーロ
3日(金)	ごはん・魚のマヨ焼き・トマト・中華スープ	牛乳・ビスケット	牛乳・クラッカー
4日(土)	焼きそば・バナナ	牛乳・菓子	牛乳・ウエハース
6日(月)	ごはん・ビーフシチュー・しらすの酢の物	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳・ビスケット
7日(火)	ごはん・じゃがいものそぼろ煮・ごまサラダ	牛乳・バナナ・ビスコ	牛乳・せんべい
8日(水)	わかめごはん・団子汁・マセドアンサラダ	飲むヨーグルト・菓子	牛乳・みかん缶
9日(木)	ごはん・フィッシュボール・納豆和え	ゼリー・クラッカー	牛乳・チーズ
10日(金)	ごはん・ミートローフ・フルーツサラダ	牛乳・安倍川マカロニ	牛乳・卵ボーロ
11日(土)	親子うどん・オレンジ・チーズ	牛乳・菓子	牛乳・丸ボーロ
14日(火)	ごはん・サバのケチャップ煮・ポテトスープ	牛乳・かぼちゃケーキ	牛乳・クラッカー
15日(水)	麦ごはん・ひき肉カレー・ちくわの酢の物	ジュース・菓子	牛乳・バナナ
16日(木)	ごはん・みそおでん・マカロニサラダ	牛乳・フルーツムース	牛乳・ウエハース
17日(金)	パン・バナナ・ジュース	牛乳・菓子	牛乳・クッキー
20日(月)	ごはん・麻婆豆腐・大根とじゃこのサラダ	牛乳・きな粉サンド	牛乳・せんべい
21日(火)	ごはん・鮭の塩こうじ焼き・野菜ソテー・卵スープ	牛乳・五平もち	牛乳・みかん缶
22日(水)	ごはん・かぼちゃのそぼろ煮・山吹和え	ジョア・菓子	牛乳・チーズ
23日(木)	ごはん・魚のフライタルタルソース・フレーク和え	牛乳・ヨーグルト和え	牛乳・卵ボーロ
24日(金)	さつまいもご飯・ツナ入り酢の物・すまし汁・みかん	プリン・菓子	牛乳・クラッカー
25日(土)	カレーうどん・ジュース	牛乳・菓子	牛乳・丸ボーロ
27日(月)	ごはん・五目みそ汁・昆布和え	牛乳・コーンフレーク	牛乳・ビスケット
28日(火)	ごはん・魚のトマトソース焼き・拌三糸	牛乳・ポップコーン	牛乳・ウエハース
29日(水)	ごはん・大豆の五目煮・ごま酢和え	飲むヨーグルト・菓子	牛乳・チーズ
30日(木)	ごはん・クリームシチュー・和風サラダ	牛乳・ココアパン	牛乳・せんべい
31日(金)	ゆかりごはん・けんちん汁・かぼちゃサラダ	牛乳・ハロウィンパイ	牛乳・ビスコ

〈10月の食育目標〉

・感謝して食べよう

たくさんの人や命のおかげで、私たちは食べる事ができています。ありがたいの気持ちを持って、大切にいただきましょう。

24日(金)お誕生会給食

旬のさつまいもを使った、おいしいご飯です。

31日(金)ハロウィンパイ🎃

ちょっと怖いけど、甘くてサクサクのパイです！
お楽しみに♡

✧手づかみ食べも大事な成長✧

7か月前後になると食べ物に手をのびし、つかんだ物を口に運ぼうとし始めます。このころの手づかみの体験が「自分で食べたい」意欲を育てます。持った物の感触からその重さや軟らかさはかり、力の入れ具合を調整したり、手のひら、指の腹、指先の使い分けを学習したり、口への運び方を工夫したりとさまざまな力を獲得します。自分で思うように食べられる自由の獲得

ほどうれしいことはありません。たっぷり手づかみした手はスプーンをうまく使える手にもなります。

