

6がつのこんだてひょう



平成30年度 北部保育所



よく噛むことは、食べ物を飲み込みやすくするだけでなく、味覚の発達や情緒の安定にもつながりますので、絵本や紙芝居などを読んだり、一緒に食べる時に噛むことの大切さを伝えたりしたいと思います。

今月は、しっかり噛んで食べることができるようにかみかみメニュー（★がついています）の中に、じゃこや根菜類、乾物などを多く取り入れています。噛む能力や機能は生まれつき備わっているわけではありません。いろいろなものを食べる経験をすることでうまく噛めるようになっていきます。ご家庭でも、しっかり噛むことに気をつけながら食べてくださいね。



★は新作メニューです。

月	火	水	木	金
4	5	6	7	8
麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 高野豆腐の唐揚げ ★いんげんとこんにゃくの 黒ごま和え キャベツのみそ汁 味噌焼きおにぎり パスチャライズ牛乳	ブルーベリーヨーグルト お茶 ごはん 魚の照り焼き ひじきのソテー 新じゃが芋のみそ汁 お好み焼き 牛乳	蒸しかぼちゃ 牛乳 ごはん 豚肉と野菜の和風炒め ひじきサラダ あさり汁 かわちばんかん 黒糖わらび餅 牛乳	きな粉まめ 牛乳 ごはん レバー入りミートローフ ★ごぼうサラダ ほうれん草のスープ 黒米おにぎり・かりかりいりこ お茶	1 ふれあいデー (午前のおやつ1、2歳児) チーズ お茶 ちまき ★はりはりなます 五目汁 デラウェア ココアクッキー お茶
11	12	13	14	15
マカロニきな粉 お茶 ごはん ♪鶏肉の梅だれかけ あらめの炒め煮 豆腐のすまし汁 新茶のふりかけおにぎり パスチャライズ牛乳	クッキング 煮昆布 牛乳 五穀ごはん 魚の衣焼き ほうれん草のポン酢和え 豆乳入りみそ汁 びわ じゃが芋もち 牛乳	弁当の日 かりかりいりこ お茶  かしわもち 新茶	煮昆布 牛乳 ドライカレー ★まめなサラダ さくらんぼ あじさいのヨーグルトムース お茶	一日保育士 みたらし団子 お茶 ごはん ★牛肉とごぼうの甘辛煮 納豆サラダ あごのつみれ汁 かわちばんかん 和風ツナおにぎり お茶
18	19	20	21	22
ぱりぱりせんべい パスチャライズ牛乳 梅ごはん 鶏肉の照り焼き 和風サラダ なめこ汁 韓国風おにぎり パスチャライズ牛乳	アスパラのおかか和え 牛乳 親子丼 煮豆(金時豆) ブロッコリーのごまマヨ和え メロン 焼きビーフン お茶	ココアクッキー お茶 ごはん かつおの竜田揚げ ワレットのおかか和え かぼちゃのみそ汁 中華おこわ お茶	きな粉かぼちゃ お茶 ごはん キッズマーボー キャベツの和え物 卵スープ ★たこおにぎり 牛乳	煮豆 お茶 ごはん 魚の南蛮漬け ブロッコリーの磯香和え 具だくさんみそ汁 あさりしぐれおにぎり お茶
25	26	27	28	29
麩の青のリスナック パスチャライズ牛乳 ごはん ぎせい豆腐 ★かみかみサラダ しめじのみそ汁 洋風ちらしおにぎり パスチャライズ牛乳	高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳 五目ラーメン ★大豆と昆布の煮物 ♪ササミの梅だれ和え デラウェア ごまチャーハン 牛乳	煮豆 お茶 ごはん 魚の塩こうじ焼き ★筑前煮 切干大根のみそ汁 冷やしトマト ふりかけおにぎり 牛乳	かりかりいりこ 牛乳 ごはん 揚げレバーの カレーソース和え ★きゅうりの中華漬け 春雨スープ ホットケーキ(デラウェアジャム添え) 牛乳	弁当詰め 粉ふき芋 牛乳 ごはん 魚の変わり焼き 小松菜のごま和え 厚揚げのみそ汁 メロン 切干大根おにぎり 牛乳



だんだんと暑くなり、食中毒が発生しやすい時期になりました。食中毒を予防するためには、次のことが大切です。

- 1 食中毒菌をつけない
手洗いをしっかりとしましょう。
- 2 食中毒菌を増やさない
調理済みのものでも早めに食べましょう。
- 3 食中毒菌をやっつける
しっかり加熱調理をしましょう。



「オハシマン」が来たよ



箸の使い方を教えてくれる「オハシマン」が、かもめ組にやってきて、紙芝居を見ながら持ち方の練習を一緒にしました。
「オハシマン」の話を聞きながら、「できた」「こうだね」と練習していくうちに、みんなが意識して持とうとするようになりました。
玄関の貸し出しの所に絵本「やってきたオハシマン」が置いてありますので、ぜひご覧ください。

29日は弁当詰めをします。

空の弁当箱と弁当包み(バンダナタイプ)の用意をお願いします。(かもめ組対象)もも組は空の弁当箱のみを持ってきてください。



お手伝い



「まめだね」「汁にはいるの?」など話をしながらお手伝いをしています。