



9がつのこんだてひょう



平成30年 平田保育所



朝から暑い日がまだ続いていますが、ほんの少し秋の気配を感じるようになりました。夏の陽ざしをいっぱい浴びて、プール遊びなど存分に楽しんだ子どもたちは、たくましくひと回り大きくなったように感じます。

さて、今月の目標は、『食事のマナーを身につけよう』です。下記の点に気をつけて、みんなで楽しくおいしく食べられるようにしたいですね。

月	火	水	木	金
3 (午前のおやつ0.1.2歳児) 麩の青のりスナック・牛乳	4 さつま芋のオレンジ煮 牛乳	5 マカロニきな粉 パスタライズ牛乳	6 煮豆 牛乳	7 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶
ごはん 豚肉のしょうが焼き りっちゃんサラダ 油揚げのみそ汁	ごはん 揚げ鶏と夏野菜の 甘酢炒め きゅうりの中華漬け あさり汁	ごはん 鮭のクリームコーン焼き 大豆とわかめの梅サラダ とうがん汁 梨(幸水)	ごはん なすとトマトのチーズ焼き ひじきの煮物 かぼちゃのみそ汁	ごはん 魚のみそマヨ焼き 春雨の酢の物 鶏ごぼう汁 シャインマスカット
黒豆おにぎり お茶	冷やしぜんざい お茶	炒り玄米おにぎり パスタライズ牛乳	豆腐ドーナツ 牛乳	牛しぐれおにぎり 牛乳
10 麩の黒糖がらめ パスタライズ牛乳	11 誕生会 チーズ お茶	12 煮豆 牛乳	13 かぼちゃきな粉 牛乳	14 ぱりぱりせんべい 牛乳
ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き キャベツとえのきの 磯香和え トマ玉汁	ごはん とんかつ アスパラサラダ しじみ汁 梨	ごはん 魚の照り焼き おからサラダ そうめん汁	ごはん ぎせい豆腐 はりはりなます なめこ汁 梨	五穀ごはん 魚の梅おろし 納豆和え 麩のみそ汁
じゃこおにぎり パスタライズ牛乳	パウンドケーキのフルーツ添え お茶	パエリア風ごはん 牛乳	お好み焼き 牛乳	わかめおにぎり 牛乳
17 敬老の日	18 かりかりいりこ パスタライズ牛乳	19 野菜クラッカー お茶	20 アスパラのおかか和え 牛乳	21 お月見献立 きな粉まめ 牛乳
	ごはん 鶏肉の照り焼き風 ひじきのマリネ きのこ汁 梨	ごはん 鮭のトマトソースがけ 高野豆腐のごま和え 小松菜のみそ汁 りんご	ごはん 豚肉の甘だれ炒め かぼちゃサラダ えのきのみそ汁	ゆうやけごはん 魚のホイル包み焼き 里芋の煮物 月見のとろろスープ
	昆布ごはん パスタライズ牛乳	梅かつおおにぎり 牛乳	新米塩おにぎり お茶	みたらし団子 牛乳
24 振替休日	25 りんご パスタライズ牛乳	26 弁当の日 ブルーベリーヨーグルト お茶	27 煮昆布 牛乳	28 豆乳スープ お茶
	ごはん 揚げレバーの ごまソースからめ 小松菜の和え物 厚揚げのみそ汁 焼きビーフン パスタライズ牛乳		肉みそうどん 煮豆 小松菜のコーン和え	ごはん さんまの塩焼き 切干大根のサラダ 具だくさんみそ汁 シャインマスカット マカロニあられ 牛乳



「どうしていますか？」 ～食事のマナーについて～

子どもたちと一緒に食事をしていると、足を組んだり猫背になったりなど食事のマナーが気になります。その都度、声をかけてマナーを知らせています。食事のマナーは、日々の積み重ねで少しずつ身につけていきます。ご家庭でも、食事のマナーについて伝えていきましょう。

★姿勢よく食べましょう

足を組んだり、椅子に足を上げたりする姿が見られます。両足を床につけることで、上半身のバランスがとれて背中に力が入ります。足が床につかない時は、台を置くなどして足がブラブラしないようにしましょう。

★食器を持って食べましょう(食器に手を添えて食べましょう)

食器を持たずに、口を食器に近づけて食べると背が曲がり、猫背になってしまいます。食器を持つ、または添えることを意識しましょう。できた時には「上手だね、かっこいいね。」など、褒めるようにしましょう。

★食事の会話に気をつけましょう

楽しく食事をするのは大切ですが、口の中に食べ物を入れたまま話をするや食べ物から出たり、相手に声が届きにくく、しゃべる声がどんどん大きくなったりします。「口の中がなくなってから、聞かせてね!」と伝えてみましょう。

★食事のマナー★

食事の会話に
気をつける

食器をもつ
(手を添える)

足は床に
つける



※青字は新作メニューです!



大きなすいかが大変身!

8月の22日は、午後のおやつにすいかポンチを作りました。すいかは、中をくり抜いて器にしました。

子どもたちは、大きなすいかの器をととても喜んでいました。私たち調理担当者は、子どもたちの嬉しそうな笑顔と「おいしかったよ」の言葉にたくさんの力をもらっています。

これからも見て楽しめる、そして食べておいしい食事やおやつ作りを心がけていきたいと思えます。(写真はそう2組の様子です。)

