

4月給食だより

輝保育園



ご入園、ご進級おめでとうございます。
 保育園の給食は、お子さんの成長にあわせた栄養を取ることはもちろん、
 楽しい食事の雰囲気づくりを通して、お子さんが「食」を楽しみ、大切にすることを
 育てていきたいと思っています。



あいさつをしよう!



「いただきます」や「ごちそうさま」という言葉は、
 ご飯作ってくれた人や食べ物の命への感謝の気持ちを表してい
 ます。

また、食事のあいさつは家族とのコミュニケーションをとる
 ためのきっかけとなります。

あいさつをし、お子さんと食事をしながら
 「魚はどこから、どんな風にお皿の上に来たかな？」など、や
 りとりをしてみましょう。

食事をいただく事の感謝の気持ちがふくらみます。

正しい姿勢でご飯を食べよう!



ご飯茶碗や汁椀、小皿などは手に持っていただくのがマナー
 です。犬食いをしたり、肘をついて食事をする、
 背中がまがり姿勢が悪くなります。

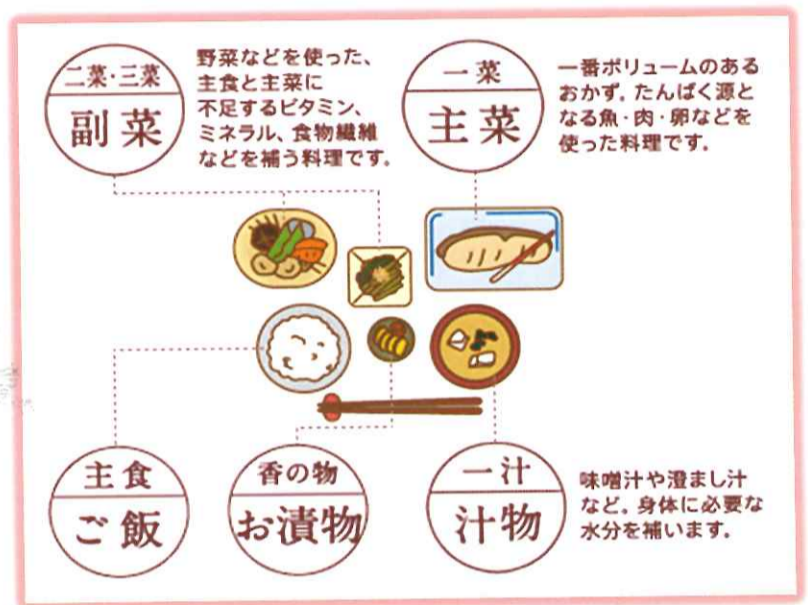
姿勢を伸ばし、正しい姿勢で食事をするよう
 しましょう。



料理の並べ方

箸や食器の使い方と並んで、食事のマナーと
 して重要なのが配膳です。

メニューが主食(ご飯)、主菜、副菜、汁物の
 構成となったときにお子さんと並べる練習をし
 てみましょう。



4月 予定献立表

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

						01日(土)					
昼						チキンカレー バナナ					
間						牛乳 お菓子					
03日(月)		04日(火)		05日(水)		06日(木)		07日(金)		08日(土)	
昼	鯖の塩焼き 金平ごぼう 味噌汁	豚肉のみそ炒め 切干大根ごま酢和え すまし汁 オレンジ	鶏の照り焼き もりもりサラダ 味噌汁	肉じゃが ごまマヨ和え 味噌汁 りんご	マーボー豆腐 もやしのナムル 中華風コーンスープ	ボークカレー バナナ					
間	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 いちごマーブルケーキ	スキム牛乳 フルーツポンチ おかし	牛乳 ピザトースト	麦茶 おにぎり 儀助豆	牛乳 お菓子					
10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)		15日(土)	
昼	豚肉の生姜焼き チーズサラダ 味噌汁 りんご	魚のオーロラソース焼き 野菜のおかか和え 味噌汁	ビーフカレー 大根サラダ バナナ	厚揚げのそぼろ煮 パンサンデー 中華スープ	鶏のマルド 焼き 切干大根煮 味噌汁	びっくりカレー バナナ					
間	麦茶 やきそば	牛乳 フルーツヨーグルト お菓子	スキム牛乳 ジャムサンド	牛乳 クッキー バナナ	スキム牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 お菓子					
17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)	
昼	煮魚 ポパイサラダ 豚汁	家常豆腐 卵とわかめの酢の物 すまし汁 バナナ	鶏肉の唐揚げ ひじきと大豆の煮物 ちゃんぽん味噌汁	キャベツたっぷりハンバーグ 五色和え すまし汁	タンドリーチキン マカロニサラダ ミネストローネ	ツナカレー バナナ					
間	牛乳 かりんとう	麦茶 おにぎり 儀助豆	スキム牛乳 きなこトースト	牛乳 はななケーキ	牛乳 フルーツゼリー お菓子	牛乳 お菓子					
24日(月)		25日(火)		26日(水)		27日(木)		28日(金)		29日(土)	
昼	豚肉とキャベツの炒め きゅうりとじゃこの酢の物 すまし汁	チキンビーンズ ツナサラダ わかめスープ	ボークカレー マセドアンサラダ バナナ	魚のすり身のピカタ風 もやしとひじきの胡麻和え すまし汁	炒り豆腐 かみかみサラダ ほうれん草のスープ	昭和の日 					
間	麦茶 五平もち	牛乳 ラスク	麦茶 お好み焼き	お誕生日会	牛乳 人参ケーキ						