


きそろ幼稚園

月	火	水	木	金
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 都合により食材料を変更することがありますので、ご了承ください。</li> <li>● 園の菜園で収穫した野菜を給食に出しました。(裏面へ)</li> </ul>		1 ごはん 鶏肉と高野豆腐の卵とじ (鶏肉・高野豆腐・玉ねぎ・白菜・人参・いんげん・干しいたけ・卵) ナムル(きゅうり・もやし・人参・白ごま・ごま油) みそ汁(ふ・水菜)	2 ごはん ホイコーロー(豚肉・キャベツ・ピーマン・玉ねぎ・赤パプリカ・みそ・ごま油) かぼちゃの煮物(かぼちゃ) すまし汁(はんぺん・青梗菜・長ねぎ・わかめ)	3 ごはん おからハンバーグ (鶏ひき肉・豆腐・おから・玉ねぎ・れんこん・人参・ひじき・卵・パン粉・片栗粉) じゃこサラダ(レタス・きゅうり・じゃこ・わかめ・ごま油) みそ汁(しめじ・小松菜)
6 ごはん すき焼き風煮 (牛肉・白菜・玉ねぎ・生しいたけ・焼豆腐・白滝) 酢漬け(きゅうり・かぶ・人参) みそ汁(ふ・長ねぎ・豆苗・かぶの葉)	7 ごはん 鶏のから揚げ (鶏もも肉・玉ねぎ・片栗粉) ごま和え (ほうれん草・人参・もやし・ひじき・すりごま) みそ汁 (白菜・しめじ・水菜・油揚げ)	8 ごはん 魚の照り焼き(さわら) さつま芋のサラダ(さつま芋・きゅうり・人参・マヨネーズ・ヨーグルト) 呉汁(大根・つきこんにゃく・ごぼう・長ねぎ・豆腐・大豆水煮・小松菜)	9 ビビンバ丼 (米・豚ひき肉・もやし・きゅうり・人参・ほうれん草・卵・白ごま・きざみのり・ごま油) わかめスープ (わかめ・玉ねぎ・えのき) みかん	10 ごはん タンドリーチキン (鶏もも肉・ヨーグルト・ケチャップ・カレー粉) 小松菜の煮浸し(小松菜・人参・しめじ・油揚げ・ちりめんじゃこ・切干大根) みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ)
13 カレーうどん (ゆでうどん・豚肉・人参・しめじ・小松菜・玉ねぎ・長ねぎ・カレールー) パナナ	14 生活発表会	15 ごはん 白身魚のケチャップあんかけ (ホキ・玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ・片栗粉・ケチャップ) 磯香和え(ほうれん草・えのき・人参・のり) みそ汁(油揚げ・大根・ひじき)	16 ロールパン ミートローフ(豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン缶・卵・パン粉) グリーンサラダ(レタス・トマト・きゅうり・ごま油) コンソメスープ (玉ねぎ・キャベツ・ブロッコリー・じゃが芋・ウインナー)	

＜食具の正しい持ち方＞

年少

まずは、スプーンの持ち方から

子どもは、手指の機能の発達に合わせて、使いやすく、食べやすい持ち方に変えていきます。鉛筆握りでこぼさず上手に食べられるようになったらそろそろ箸を使うタイミングです。



手のひら握り → 指握り → 鉛筆握り

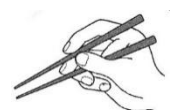
年中・年長

箸を上手に使って食べていますか？

箸は、挟む、混ぜる、切る、ほぐすなど、いろいろなことができます。箸を使える事は、手の器用さが増え、脳の発達を促すとも言われています。



数字の1を書くように、縦に何度も動かします。



中指をあげるようにして、上の箸だけを動かします。



箸の2/3ぐらいのところを持ちます。親指の付け根と薬指に下の箸を寄せ、人差し指中指で上の箸だけを動かします。