



# 給食だより



今月のテーマ 正しい食べ方  
 今月の目標 食前・食後のあいさつをする

平成26年4月30日  
 城北アソカ保育園

日	曜	こんだて	おやつ	未満児朝のおやつ
1	木	けんちんじる マカロニサラダ	いちごジャムケーキ	チーズ
2	金	こいのぼりバーグ フレンチサラダ グラッセ	ちまき	りんご
5	月	こどもの日		
6	火	振替休日		
7	水	シチュー ピーナッツあえ	じゃこわかめのドーナツ	フルーチェ
8	木	ぎゅうにくのやながわふう みそマヨサラダ	ヨーグルトケーキ	バナナ
9	金	しろみざかなのすぶたふう きゅうりのうめじゃこあえ	りんご・チーズ	ミニゼリー
10	土	パン くだもの		
12	月	ぶたじる ひじきに じゃこサラダ	おこのみやき	いちごヨーグルト
13	火	ししゃも きりぼしのにももの すましじる	カレーむしぱん	ふかし芋
14	水	こうやのたまごとじ すのもの あさりのしぐれに	ぜんざい	胡瓜スティック
15	木	あじのパン粉やき いそあえ パンプキンスープ	コーンフレーク	枝豆
16	金	しょうじんりょうり みそしる	いりこのりんかけ・オレンジ	ミニトマト
17	土	ナポリタン くだもの		
19	月	すきやきふうに のり ★まめだんご(年長クッキング)	フルーツヨーグルト	パンケーキ
20	火	🎂誕生会🎂 ビビンバ からあげ スパサラダ スープ メロン	おたのしみ	いりこ・ビスコ
21	水	タンドリーサーモン やさいいため こふきいも	きなこだんご	チーズ
22	木	イタリアンオムレツ きんぴら	おからスティック	ミニトマト
23	金	さかなのカレーあんかけ しおっぺ	オレンジゼリー	カステラ
24	土	かきあげうどん くだもの		
26	月	いりどうふ おかかあえ	ピースごはん(年中・年少クッキング)	コーンフレーク
27	火	さかなのウスターソースに ソテー そうめんじる	チーズパンケーキ	こんぶ・ウエハース
28	水	チンジャオロースー ゆかりあえ	カスタードクリームあえ	ふかし芋
29	木	さかなのタルタルやき カミカミサラダ	おきなわふうくずもち	枝豆
30	金	じゃがいものそぼろあん ナムル	えだまめ・こんぶ	メロン
31	土	ちゅうかどん みそしる		

すがすがしい季節になりました。青空の下、園庭のこいのぼりも元気に泳いでいます。入園・進級して1ヶ月が経ち、新しい園生活にも慣れはじめ、毎日子どもたちの元気な声が響いています。苦手な給食の時には苦戦していることももちろんありますが、給食をみんなで楽しく食べている姿も見られます。給食を通して食事は楽しいものであり、体にはもちろん、心の栄養にもなると子どもたちなりに感じてほしいと思います。

そして、子どもたちが自ら「食べたい!」「食べてみよう!」と感じられるようになってほしいですね。

## 食べる意欲を大切にし、食の体験を広げてあげましょう!

食べ慣れないものや嫌いなものが多い時期ではありますが、様々な食べ物に子ども自身が意欲的に関わる体験を通して、**子どもの食べたいもの好きなものは増えていきます**

\*一緒に食材の買い物に行き、どの野菜を料理に使うか選んでもらう♪

→○○ちゃんが選んだ野菜、おいしい〜♡と言葉かけをしてみる



\*一緒に料理を作る♪→下処理や切り刻みを体験することで食べる意欲にもつながります。

\*見た目を変えてみましょう♪

→野菜を花型や星型などで型抜きをしてみてもいいでしょう



\*旬のものをたべましょう♪→季節の野菜をその時期に食べることが1番です。保育園の菜園でも、新玉ねぎとスナップえんどうが収穫時期なので一緒に採りにいきたいです。

\*食べることができたならたくさん褒めてあげましょう♪→子どもは、褒められたい、認めてほしいという気持ちをとっても、とっも持っています! 大げさなくらい褒めてあげましょう★

\*家族と一緒に食卓を囲みましょう♪→ここが一番、大切なポイントかもしれません!!

食卓はコミュニケーションを身につけたり、食べるマナーを保護者の方から習う場でもあります。家族のためにお仕事で毎日、疲れだとは思いますがかわいい我が子が1番の優先です♡おいしい食事を一緒に囲み、苦手なものが少しでも家庭で食べられるように見守っていきましょう。



20日は誕生会なのでご飯はいりません。お箸と水筒は持たせてください。

土曜日は、箸と水筒だけ持ってきて下さい。