



5がつ こりす・りすぐみのこんだて

R5.5.1 認定こども園しんよこえ

子ども達にとって一口の量を覚えることはとても大切なことです。一口の量が分らない子は、一度にたくさんの量を口に入れてしまい、喉に詰まらせてしまう危険性があります。

これからは前歯で噛み切り、奥の歯茎でつぶして食べる練習をする時期です。

何でも細かくしてしまうのではなく、噛みやすい大きさに柔らかく調理しましょう。細長く握ったおにぎりや、大きめに切ったじゃがいも、かぼちゃ、にんじんなどを前歯で噛み切ることで一口の量を覚えていきます。

りす組の子ども達も、好き嫌いはありませんが落ち着いて食事ができるようになってきました。今後は、月齢に合わせて、食べられるメニューから少しずつ幼児食に移行していきます。

| げつ | か | すい | もく | きん |
|--|---|---|---|---|
| 1日 ・魚の蒸し焼き ・青菜とえのきの和え物 ・新玉ねぎのみそ汁 | 2日 ・のし鶏 ・ブロッコリーの和え物 ・星麩のすまし汁 ・いちご | 3日 建国記念日 | 4日 みどりの日 | 5日 こどもの日 |
| 8日 ・鮭のムニエル ・茹でじゃがいも ・茹でブロッコリー ・豆腐のすまし汁 | 9日 ・鶏ささみのうすくずあん ・ブロッコリーのごま和え ・玉ねぎのみそ汁 ・天草晩柑 | 10日 ・鶏肉とえんどう豆の煮物 ・キャベツの赤しそ和え ・わかめのすまし汁 | 11日 ・魚のごま焼き ・青菜のおかか和え ・うすあげと玉ねぎのみそ汁 ・りんご | 12日 ・手作りがんもの煮物 ・青菜と春雨の和え物 ・麩のすまし汁 |
| 15日 ・厚あげとじゃがいもの煮物 ・ブロッコリーのおかか和え ・わかめスープ | 16日 ・魚の生姜焼き ・青菜と大豆の和え物 ・白玉麩のすまし汁 | 17日 ・鶏肉とひじきの煮物 ・キャベツともやしの和え物 ・豆腐のみそ汁 | 18日 ・白身魚の蒸し焼き ・茹で野菜 ・キャベツのすまし汁 | 19日 ・かぼちゃと鶏肉の煮物 ・茹でブロッコリー ・きのこのすまし汁 ・甘夏 |
| 22日 ・魚の塩焼き ・青菜のやわらか煮 ・そうめん汁 ・りんご | 23日 ・じゃがいものそぼろあんかけ ・ブロッコリーのおかか和え ・うすあげのみそ汁 | 24日 ・魚の煮つけ ・キャベツとわかめの和え物 ・えのきのすまし汁 | 25日 ・春キャベツと鶏肉の蒸し煮 ・かぼちゃの煮物 ・じゃがいものすまし汁 | 26日 ・魚のきのこあんかけ ・焼きさつまいも ・茹でブロッコリー ・豆腐のみそ汁 |
| 29日 ・鶏じゃが ・青菜と切干大根のおひたし ・きなこ | 30日 ・魚のみそ焼き ・ブロッコリーの土佐和え ・玉ねぎのすまし汁 | 31日 ・鶏団子の煮物 ・キャベツとちりめんの和え物 ・きのこのみそ汁 | ※行事・材料の都合により、一部献立を変更する場合があります。ご了承下さい。 11日のおにぎり弁当の日は、こりす組・りす組は園で給食を用意します。 | |