



5がつ こりす・りすぐみのこんだて

R3.5.1 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軟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、好き嫌いがあります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
3日 憲法記念日	4日 みどりの日	5日 子どもの日	6日 ・のし鶏 ・茹で野菜 ・星麩のみそ汁 ・いちご	7日 ・白身魚のみそ煮 ・ほうれん草の和え物 ・茹でかぼちゃ ・えのきと豆腐のすまし汁
10日 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・キャベツのごま和え ・新玉ねぎのみそ汁	11日 ・鮭のムニエル ・アパウと人参のおかか和え ・茹でさつま芋 ・そうめん汁	12日 ・鶏団子とかぼちゃの煮物 ・茹でブロッコリー ・玉ねぎとじゃが芋のみそ汁 ・甘夏	13日 ・白身魚のごま焼き ・青菜ときのこの和え物 ・わかめのすまし汁	14日 ・厚揚げとさつま芋の煮物 ・ブロッコリーと人参の和え物 ・キャベツのみそ汁
17日 ・じゃが芋のそぼろあんかけ ・茹でブロッコリー ・豆腐とわかめのみそ汁	18日 ・白身魚の塩焼き ・茹でさつまいも ・青菜のお浸し ・キャベツのすまし汁	19日 ・うす揚げとじゃが芋の煮物 ・ブロッコリーの土佐和え ・なめこのみそ汁	20日 ・蒸し鶏のごまだれかけ ・人参の炒め煮 ・白玉麩のすまし汁	21日 ・白身魚の照り焼き ・じゃがいもの和え物 ・青菜のすまし汁 ・りんご
24日 ・鶏じゃが ・キャベツのおかか和え ・わかめと玉ねぎのすまし汁	25日 ・手作りがんもの煮物 ・青菜と春雨の和え物 ・きのこのみそ汁	26日 ・鮭とキャベツの蒸し煮 ・茹でかぼちゃ ・豆腐としいたけのすまし汁	27日 ・鶏ささみのうすくずあん ・じゃがいもの磯風味 ・茹でブロッコリー ・玉ねぎとうす揚げのみそ汁	28日 ・鮭の塩こうじ焼き ・茹でさつまいも ・青菜ののり和え ・麩のすまし汁
31日 ・新玉ねぎと鶏肉のみそ炒め ・粉ふきいも ・春雨スープ			* 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。 ご了承ください。 12日のおにぎり弁当の日は、こりす組・りす組は園で食事を用意します。	