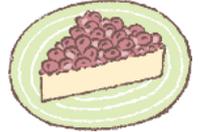




給食だより



令和6年度
都呂々保育園

今月の目標 「よく噛んで食べよう！」

小さすぎると逆効果に 食べ物とかむ力の関係

離乳期から幼児期は、「舌でつぶす」→「歯ぐきでつぶす」→「前歯でかじる」→「奥歯でつぶす」と、段階を踏んでかむ動きを獲得します。食材を小さくしすぎたり、柔らかくしすぎたりすると、かむ練習ができず、丸のみのくせがつくことも。子どもの歯やそしゃくの状態を保育者と確認し、発達に応じた適正な大きさ・固さに調理していきましょう。

「固い物」ではなく「かむ必要のある物」を



食中毒に注意！！

これからの季節、気温や湿度が高くなり、カビや細菌が活発に動き出し、食中毒にも注意が必要です。

- ◎お弁当箱、箸、水筒、おしぼり、シートは清潔にしましょう！
- ◎主食のご飯は、粗熱が冷めてから蓋をしていただきますようお願いいたします。蓋が開きにくかったり、露をうって、菌も増殖しやすくなります。

～お知らせ～

・6/11(火)

あじさい寿司等を作ります。

3歳以上児のご飯は、いりません。



園のきゅうりを毎日数本ずつ収穫して持って来てくれる子ども達です。給食でおいしくいただいています！！

*○印は、3歳以上児の箸はいりません。

日	曜	副 食	朝の間食	間 食	日	曜	副 食	朝の間食	間 食
1	土	中華丼、ゆかり和え 柑橘類	せんべい	クリームパン	18	火	スティックとり天、酢の物 春雨スープ、トマト	みかん缶	チョコチップケーキ
3	月	豆乳スープ、トマト ささみのごまドレサラダ、ふりかけ	人参スティック	フルーツゼリー	19	水	サバの塩焼き、ごぼうサラダ 卵焼き、ミニトマト	バナナヨーグルト	ポテトボール
4	火	カレー、柑橘類 春雨の酢の物	ビスコ	スティックメロンパン	20	木	ハヤシライス コールスローサラダ、いりこの佃煮	マンナ	ブッセ
5	水	チキンチキンごぼう ナムル、ミニトマト	マカロニあべ川	ポテトピザ	21	金	高野豆腐のオランダ煮 きゅうりのゆかり和え、トマト	フルーチェ	カエルパン
6	木	厚揚げの中華煮 納豆サラダ、柑橘類	たべっ子どうぶつ	ココバナナケーキ	22	土	チキンライス ワカメスープ、柑橘類	クッキー	チョコブレッド
7	金	ナポリタン、トマト ジャーマンポテト	巻のココアスナック	あじさいゼリー	24	月	かきたま汁、スパサラ チキンバー	えびせん	もちもちチーズパン
8	土	ロールサンド コーンスープ、柑橘類	ビスケット	パウムクーヘン	25	火	冷やし中華、人参シリシリ レバーの生姜煮	ウエハース	ごま団子
10	月	和風カレー、キュービックサラダ ズッキーニの肉巻き	ホットケーキ	マフィン	26	水	チキン南蛮 小松菜和え、ミニトマト	カルシウムトースト	カルピスゼリー
11	火	あじさい寿司、ナゲット マカロニサラダ、吸物、トマト	白い風船	ヨーグルト	27	木	グラタン、柑橘類 いんげんとささみのごま和え	芋かりんとう	ロールケーキ
12	水	スコッチエッグ ひじきのマリネ、ミニトマト	きな粉トースト	コーンフレーク	28	金	マーボー豆腐 ポテトサラダ、トマト	クラッカーサンド	フレンチトースト
13	木	親子うどん、柑橘類 ポークピーンズ	きゅうりスティック	サモサ	29	土	カレーピラフ コンソメスープ、柑橘類	ハーベスト	ナイススティック
14	金	揚げだし豆腐、トマト 焼豚の中華和え	粉ふき芋	ジャムサンド					
15	土	混ぜご飯、味噌汁 柑橘類	クラッカー	カスタードケーキ					
17	月	皿うどん、柑橘類 ごまネーズサラダ	蒸しパン	プリン					

・今月の共通献立は、
18日(火)「スティックとり天」です。
(レシピを、広報れいほく5月号に掲載しています)