



～園での給食の進め方～

初めて食べるものは、上手く咀嚼できなかったり、とどまったりと、苦手になることが多い様です。園では、初めて食べるメニューなど、食べやすい大きさや味付けにし、保育者が美味しく食べてみせるなどの工夫をしています。

最初は「少しでも食べてみよう」と励まし、少しでも食べる事が出来ると「わあ！食べられたね、すごい！」と褒めながら食べ進めています。褒められることで子どもたちは、達成感が強くなり、自分に自信が持てます。自信を持つことによって、物事を前向きに取り組む姿勢も養われます。

こども達が食べきったと達成感を感じてもらう為に、子どもの食欲の個人差を考慮し、その子供が食べきれる量を配膳しています。

また、子どもに選択させる(自分で決める)体験をしています。

盛りつける時には「どのくらいいれますか?」「たくさん入れて下さい」「2つ入れて下さい」など、自分で決めることによって、責任をもち、残さないように一生懸命食べるようになります。

子ども自身が『食べる事は楽しくて幸せなこと』『食べるって楽しい』と思ってもらえるよう、給食室では



たこ焼き風蒸しパン

- 材料<3人分>  
 キャベツ：60g ウィナー：1本  
 ◇薄力粉：100g ◇ベーキングパウダー：小さじ2  
 ◇牛乳：120ml ◇だしの素：小さじ1 ◇卵：1個  
 ●ソース・マヨネーズ・かつお節・青のり：適量
- 作り方
- ① キャベツはざく切りにする。
  - ② ウィナーを3等分に切る。
  - ③ ボウルに◇の材料、①を入れてよく混ぜる。
  - ④ マフィンカップの半分まで③と、ウィナーを入れ、生地を8分目まで入れる。
  - ⑤ 蒸し器に入れて20分加熱する。
  - ⑥ お好みで、●をトッピングする。

＼9日たんじょうかいメニュー－



日	曜日	昼食	おやつ
1	土	パン バナナ 牛乳	菓子 牛乳
2	日		
3	月	鶏肉と大豆の炒め煮 きゅうりとツナの酢の物 味付けのり	りんご 牛乳
4	火	チャプチェ 小松菜とわかめのナムル風 卵焼き	小魚 ミルク
5	水	ひじきの炒め煮 洋風白和え ごまふりかけ	★サーターアンダギー 牛乳
6	木	さんまのかば揚げ ゆで野菜サラダ 黄桃	菓子 牛乳
7	金	ハンバーグ ポテトサラダ トマト	★ザクザククッキー 牛乳
8	土	にゅうめん からあげ うめぼし	菓子 牛乳
9	日		
10	月	スポーツの日	
11	火	クリームシチュー キャベツの福神漬和え バナナ	菓子 牛乳
12	水	きんぴらごぼう 揚げ出し豆腐 パイン うんどうかい(0・1・2歳児) パン ジュース	菓子 牛乳
13	木	たんじょうかい きのこご飯 豚汁 ウィナー みかん	菓子 飲むヨーグルト
14	金	ハンバーグ しゅうまい 卵焼き ブロッコリーのおかか和え ミニトマト 果汁ゼリー ※空の弁当箱 お箸 ラップおにぎり持参してください(3 4 5歳児)	★たこ焼き風ポテト 牛乳
15	土	ビーフシチュー スティックきゅうり パイン	菓子 牛乳
16	日		
17	月	カレー フルーツサラダ 福神漬	菓子 牛乳
18	火	相性汁 焼魚 バナナ	★簡単モンブラン 牛乳
19	水	ナポリタンスパゲティ 小松菜とりんごのサラダ ゆで卵	菓子 ミルク
20	木	肉じゃが 伴三糸 黄桃	★バナナコッタ
21	金	高野豆腐の卵とじ ジャーマンポテト ごまふりかけ	菓子 牛乳
22	土	クリームシチュー 白菜サラダ みかん	菓子 牛乳
23	日		
24	月	鮭の味噌マヨパン粉焼き 大豆のフレンチサラダ 味付けのり	菓子 牛乳
25	火	中華丼 サモサ バナナ	菓子 ミルク
26	水	ちゃんこうどん とうもろこしの天ぷら パイン	★スイートポテトケーキ 牛乳
27	木	すき焼き風煮 大豆とさつま芋の甘辛あえ 卵焼き	柿 牛乳
28	金	他人丼 切り干し大根のコールスロー 焼きうるめ	★フルーツサンド
29	土	パン バナナ 牛乳	菓子 牛乳
30	日		
31	月	ハヤシライス とうもろこし 黄桃	★かぼちゃプリン ★手作りおやつ

◎都合により、メニューが変更する場合があります。  
 ◎たんじょうかいは、特別メニューですので、白飯はいりません。お箸を持たせて下さい。  
 ◎カレー、シチュー、ビーフシチューの時は、スプーンを各自で準備して下さい。