

給食メニュー

令和7年3月

認定こども園どんぐり

日	曜		3時おやつ
1	土	ごはん、肉じゃが、ほうれん草のサラダ、豆腐と卵のみそ汁	牛乳.しらすおにぎり
2	日		
3	月	ひな祭りちらし寿司、鮭の竜田揚げ、小松菜のごまあえ、白菜と麩のすまし汁、いちご	牛乳.桜もち
4	火	ごはん、凍り豆腐のふわふわ煮、きゅうりとささみのサラダ、いもと青菜のみそ汁、オレンジ	牛乳.スコーン
5	水	ミルクちゃんぼん麺、ほうれん草のナムル、豆乳フルーツかんでん	牛乳.かぼちゃのもちもちパン
6	木	ジャムパン、チキンと大豆のトマト煮、ブロッコリーのマヨネーズあえ、りんご	牛乳.鮭青菜おにぎり
7	金	ごはん、納豆バーグ、はるさめサラダ、野菜たっぷりみそ汁、みかん缶	牛乳.ミルク小倉ゼリー
8	土	プルコギ丼、チンゲン菜の中華あえ、じゃがいもとのりのスープ、パイン缶	牛乳.簡単チーズケーキ
9	日		
10	月	さばそぼろごはん、白菜のごま酢あえ、切干大根のみそ汁、バナナ	牛乳.お好み焼き
11	火	ごはん、豚肉炒め、パスタサラダ、豆腐とえんどうのみそ汁、オレンジ	牛乳.豆乳もち
12	水	チキンカレー、ブロッコリーのミモザサラダ、りんご	牛乳.芋まんじゅう
13	木	ごはん、厚揚げとじゃがいものそぼろ煮、小松菜のおかかあえ、キャベツとえのきのみそ汁、もも缶	牛乳.ココアケーキ
14	金	★くまさん卒園お楽しみバイキング★	牛乳.豆乳チーズケーキ
15	土	ごはん、ふんわりつくねのあんかけ、切干大根のサラダ、豆腐としめじのみそ汁、みかん缶	牛乳.ミルクケーキ
16	日	<卒園式>	
17	月	ごはん、白身魚のカレー揚げ、ごぼうとコーンのサラダ、大根となめこのみそ汁、キウイフルーツ	牛乳.黒糖蒸しパン
18	火	ごはん、鶏肉と野菜の甘酢煮、ブロッコリーの白あえ、なすとわかめのみそ汁	牛乳.バナナハードケーキ
19	水	キッズピビンバ、わんたんスープ、フルーツのゼリーがけ	牛乳.くるくるあんこクレープ
20	木	<春分の日>	
21	金	ごはん、マーボー豆腐(キッズ)、きゅうりの華風サラダ、たまごスープ	牛乳.フルーツ白玉
22	土	ごはん、ひじきの厚焼き卵、キャベツのごまマヨネーズ、豚ひきともやしのみそ汁、もも缶	牛乳.じゃがいもお焼き
23	日		
24	月	◆ 委託給食 ◆	牛乳.お菓子
25	火		牛乳.お菓子
26	水	※新園舎移行に伴い、委託給食となります。	牛乳.お菓子
27	木	給食時のスープと、午後のおやつ(牛乳・お菓子)のみ	牛乳.お菓子
28	金	園で提供いたします。	牛乳.お菓子
29	土		牛乳.お菓子
30	日		
31	月	ごはん、鮭の西京焼き、れんこんの炒め煮、小松菜と白菜のすまし汁、パイン缶	牛乳.生どら焼き

身につけたい「食事のマナー」

今回は、食事のマナーについてお伝えします。食事のマナーは、ただ、「行儀よく」食べるためだけのものではありません。周りの人と気持ちよく食事をし、感謝の気持ち持って楽しく食べるために、とても大切なことです。園では、基本的なマナーを身につけられるように、日々声掛けしています。ご家庭でもマナーに配慮しながら食事を楽しみましょう。

今月の献立は、くまみさんの人気メニューが色々入っています。野菜もたくさん食べれるようになり、大きくなりましたね。くまみさん、たくさん食べてくれてありがとう！

★ポイントを確認

乳幼児期は、食事に集中することが難しいため、マナーを身につけるのに時間がかかることもあります。焦らずに、子どものペースに合わせて、おらかな気持ちで支援しましょう。そして、大人自身が食事のマナーを実践することで、子どもたちの良いお手本となるように心掛けましょう。

◆食具を正しく使うことができますか？

幼児期には食具を正しく使えるようにサポートすることは、子どもの身体機能の発達と社会性を育てる上でとても重要です。ただし、無理強いするのは禁物。子どものペースに合わせて、楽しみながら練習をしましょう。大人が食具を正しく使う姿を見せることは、子どもにとって良いお手本になります。食事のマナーを教え、実践することで、子どもは自然と食具の使い方を身につけていきます。

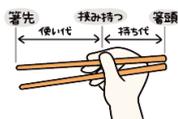
<お箸への移行>



ペングリップ



お箸



◆食事前後の挨拶はできていますか？

「いただきます」「ごちそうさま」は、私たちが日常的に使う言葉ですが、その意味を深く理解している人は意外と少ないかもしれません。これらの言葉には、単なる食事前後の挨拶以上の、大切な意味が込められています。

●命をいただくことへの感謝

「食べる」とは、動物や植物の命をいただくということ。その命に感謝し、大切にいただくという気持ちを表します



●食事に関わった全ての人への感謝

食材を育ててくれた人、収穫をしてくれた人、運んでくれた人など、たくさんの方の努力によって用意された食事。全ての人々への感謝の気持ちを表します

●食事への感謝

馳走は、本来「走り回る」という意味。食材を集め、料理を作っていたことに由来します。食材を集めて、食事を用意してくれたことへの感謝の気持ちを表します



●おいしく食べられたことへの感謝

食材のおいしさ、料理の素晴らしさ、そして、食事ができること自体への感謝の気持ちを表します