

11月給食予定献立表



米崎保育園

未満児	1	2	3 文化の日	4	5
午前おやつ/主食	ヨーグルト/ごはん	豆乳・ビスケット/ごはん		牛乳・せんべい/玉子ごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食	・ぶりの煮付け ・切干大根の和風サラダ ・じゃが芋と豆腐の味噌汁 ・みかん	・じゃが芋のそぼろ煮 ・親子サラダ ・南瓜といんげんの味噌汁 ・柿		・鮭のきのこクリームソース ・スパゲティソテー ・かぶの味噌汁 ・キウイフルーツ	・親子煮 ・茄子炒め ・豆腐の味噌汁 ・バナナ
おやつ	・ごま団子 ・牛乳	・プチパン ・牛乳		・ふかし芋 ・牛乳	
	7	8	9	10	11
午前おやつ/主食	牛乳・ビスケット/ごはん	豆乳・せんべい/ごはん	りんごジュース・せんべい/ごはん	牛乳・ビスケット/しらすごはん	飲むヨーグルト・せんべい/ごはん
副食	・豆腐ハンバーグ ・切干サラダ ・五目うどん ・ミニトマト	・ハワイアンポークソテー ・ブロッコリーのごま和え ・コーンとキャベツのスープ ・みかん	・すき焼き風煮 ・さつま芋サラダ ・玉葱と若布の味噌汁 ・グレープフルーツ	・かに玉 ・ジャーマンポテト ・しめじの味噌汁 ・バナナ	・鮭のトマト煮 ・ごまもやし ・つくね汁 ・りんご
おやつ	・バナナケーキ ・牛乳	・ポテトピザ ・牛乳	・ごまおこし ・牛乳	・りんごカスタード ・麦茶	・カルピスゼリー ・せんべい
	14	15 お誕生会	16	17	18
午前おやつ/主食	豆乳・ビスケット/ごはん	ヤクルト・せんべい	飲むヨーグルト・せんべい/ごはん	牛乳・せんべい/ごはん	牛乳・ビスケット/ごはん
副食	・味噌おでん ・若布の酢の物 ・きのこスープ ・キウイフルーツ	・赤飯・鶏からあげ ・ヤーコンサラダ ・花麩の清汁 ・みかん	・五目大豆 ・若布サラダ ・白菜と人参の味噌汁 ・りんご	・たらのカレーソースかけ ・きゅうりと春雨の和え物 ・にらたま汁 ・柿	・エビと豆腐のケチャップ炒め ・チーズサラダ ・はんぺんスープ ・バナナ
おやつ	・チーズ入りヨーグルトパン ・牛乳	・ケーキ ・牛乳	・大学芋 ・牛乳	・豆銀糖 ・牛乳	・すりおろしりんごゼリー ・せんべい
	21	22 発表会総練習	23 勤労感謝の日	24	25
午前おやつ/主食	牛乳・ビスケット/ごはん	りんごジュース・せんべい		豆乳・ビスケット/しめじごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食	・ウィンナーソテー ・ブロッコリーサラダ ・シチュー ・バナナ	・仕出し弁当 ・野菜ジュース 		・たまごグラタン ・ヤーコンきんぴら ・カレー汁 ・みかん	・肉じゃが ・りんごサラダ ・なめこ汁 ・バナナ
おやつ	・甘食 ・牛乳	・ヨーグルト ・ビスケット		・米粉蒸しパン ・牛乳	・ジョア ・ビスケット
	28	29	30	<p>今月のレシピ紹介</p> <p>鮭のきのこクリームソース りんごケーキ</p> <p>ホームページに掲載しますので、ご覧ください♪</p>	
午前おやつ/主食	ヨーグルト/ごはん	牛乳・ビスケット/ごはん	バナナ/ごはん		
副食	・鶏肉のオニオンマト煮 ・ポテトサラダ ・若布スープ ・バナナ	・厚焼き玉子 ・きゅうりもみ・煮豆 ・味噌煮込みうどん ・みかん	・さばのホイル焼き ・ひじきサラダ ・ささみスープ ・りんご		
おやつ	・りんごケーキ ・牛乳	・人参ゼリー ・せんべい	・ジャムサンド ・牛乳		



食事のマナーは身についていますか？



食事のマナーはみんなで楽しく、気持ちよく食事をするための「お約束」です。

人とコミュニケーションを図るには、マナーやルールが大切です。食事の基本的なマナーを教えるには、まず環境を整えることから始めましょう。そして、子どもが食べる様子を見守りながら、マナーを伝えるようにしましょう。

「食事の環境を整える」

- 食事の前に手を洗う。
- 配膳や後片付けの手伝いをする。
- 「いただきます」「ごちそうさま」を大人も大きな声で言う。
- 家族と一緒に食べる。
- 食卓を清潔にする。



0～2歳児の食事はマナーよりも楽しさ優先で

食事は、楽しく食べることがいちばんです。0～2歳児は、まだマナーは二の次で大丈夫です。大人と一緒に食卓で、和やかに会話をしながら食事をさせましょう。

「食事のマナーチェック表」 ☆ 参考にしてみてください ☆

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 「いただきます」「ごちそうさま」が言えているか。 | <input type="checkbox"/> 正しい姿勢で食べているか。 |
| <input type="checkbox"/> お茶碗やお椀を上手に持っているか。 | <input type="checkbox"/> 正しい持ち方でスプーンや箸を使っているか。 |
| <input type="checkbox"/> 食器を大切に扱っているか。 | <input type="checkbox"/> 口を閉じてモグモグと食べているか。 |
| <input type="checkbox"/> 食べ物をポロポロこぼしていないか。 | <input type="checkbox"/> 好き嫌いをなく、残さず食べているか。 |

「箸や食器に対して丁寧に扱う」ことは、食事を大切に考えることにつながります。「食べられることに感謝をする」気持ちを、子どもたちに伝えていきましょう。

