

# きゅうしょくだより

9月号

恒久保育園

H30年、9月発行  
Tel 53-2500

今旬のやさい  
しいたけ



☆★食べたいもの、好きなものを増やそう★☆

子どもの好き嫌いは、1歳を過ぎたころからみられます。嗜みづらいもの、苦味、匂いの強いもの、食べるのが面倒なものを嫌がったりします。初めて口にする食べ物を与えるときは、「おいしさ」が経験できるような気持ちを添えた言葉をかけたり、苦手そうな味や食べ物については、形や食べる順番を変えるなど食事の時間が子どもにとって楽しい時間になるように心がけましょう。また、近くの大人が「おいしそう」に食べていると興味がでてきたり、年齢が上がってから「おいしそうだった事」を思い出してチャレンジすることも。知っている味や形態、食べ物の種類や楽しい思い出が増えると食べるのが楽しみになっていきます。

9/1 (土)  
招待会メニュー

秋野菜カレー  
きゅうりの香味漬け  
ぶどうゼリー

献立表		昼食	3時のおやつ	未満児		曜	日	昼食	3時のおやつ	未満児	
曜	日			朝のおやつ	主食					朝のおやつ	主食
月	10	ポークソテーの和風ソース 茹で野菜 ベーコンチャウダー	ココアミルク 梨 醤油せんべい	牛乳 チーズ	ごはん	月	3	里芋の煮ころがし ツナコーンサラダ もやしの味噌汁	お茶 みるくっこ	牛乳 卵ポーロ	ごはん
火	11 25	魚の香り焼き レタス ひじきとチーズのサラダ 南瓜の味噌汁	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 塩せんべい	ごはん	火	4 18	三色揚げ 添え野菜 中華スープ	ココアミルク バナナ かりかりいりこ	牛乳 ヨーグルト	ごはん
水	12 26	牛肉ときゃべつのブルコギ 納豆 みかん きのこのスープ	お茶 おはぎ	牛乳 ビスケット	ごはん	水	5 19	鮭の味噌バター焼き 千切り大根のサラダ 野菜スープ	牛乳 パインケーキ	牛乳 醤油せんべい	ごはん
木	13 27	白身魚のチーズフライ ほうれん草ともやしのごま和え そうめんのすまし汁	牛乳 ロールカステラ	ヨーグルト	ごはん	木	6 20	高野豆腐の卵とじ レバーの甘辛煮 青菜の味噌汁 みかん	牛乳 ふかし芋	牛乳 ビスコ	ごはん
金	14 28	鶏肉と大豆の煮込み おかかサラダ きゃべつの味噌汁	牛乳 ピザトースト	牛乳 バナナ	ごはん	金	7 21	チキン南蛮 添え野菜 豆腐のすまし汁	お茶 ヨーグルト クッキー	牛乳 バナナ	ごはん
土	1 15 29	スパゲティナポリタン かきたまスープ りんご	牛乳 プリン ウエハース	牛乳 お菓子	ロールパン	土	8 22	ハヤシライス きゅうりと竹輪の酢の物 オレンジ	牛乳 ミニパン	牛乳 お菓子	ごはん

【誕生会】12日(水) ◆おにぎり ◆チキンカツ ◆添え野菜 ◆そうめんサラダ ◆豆乳スープ ◆オレンジゼリー

【弁当の日】 ※6月～10月間は食中毒対策の為、ありません

