

きゅうしょくだより

H30. 6 厚生館保育園

晴れたり雨が降ったり、天気の変り変わりが多いこの時期。
アジサイやカタツムリなど、この時期にしか見られない
植物や動物に触れて楽しみましょう♪
今月も食事をしっかり摂り暑い夏にそなえましょう。



今月の行事食

7日 【おたのしみおやつ】 あじさいゼリー☆☆



今月のおすすめメニュー

- コーンウィンナー蒸しパン
薄力粉 220g
砂糖 45g
ベーキングパウダー 8g
卵 2個
牛乳 130g程度
油 20g
コーン・ウィンナー お好みの量

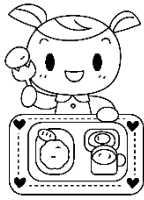
- ① ボールに粉類を入れ泡だて器で混ぜる。
(ふるっても可)
- ② 溶き卵を入れ、生地の見ながら牛乳を加えて混ぜる。
- ③ ウィンナー(輪切り)、コーン、油を加えてゴムベラで混ぜる。
- ④ カップや容器に入れて、15~20分程度蒸して完成☆

ウィンナーが入っていることに
喜んでよく食べていました♪

- アジのごま味噌焼き
アジ(3枚卸し) 4枚
☆みそ 大さじ1
☆酒 小さじ1
☆みりん 大さじ1
☆砂糖 少々
ごま 適量

- ① ☆の調味料を混ぜ合わせる。
- ② アジに①の調味液をからませる。
- ③ アジの表面にごまをふる。
オープン180℃で15分程度焼いて完成
(魚焼きグリルやフライパンで焼いても大丈夫です。)

おてっだい：そら豆のさやむき



4・5歳



3歳



11日、25日の日にお手伝いをしてもらい、お昼ご飯のカレーの付け合せで食べました。

マグネット貼りの様子

明日の給食に使う食材の
マグネットを探して貼り付けしています。

ゆっくりですが文字を一生懸命読んで、
分からない食材も一緒に探して
少しずつ覚えていっています。



食事のマナー

子どもは毎日繰り返される食事の中で、食のマナーや食具の使い方を学んでいきます。手づかみ食べから、大人のまねをしてスプーンやお箸をもつようになります。はじめのうちは上手に使うことは出来ません。行きつ戻りつ少しずつ発達していくものです。厳しく叱ったりするのはなく、認める・ほめる・信じること、大人が良い見本を毎日の食事の中で見せることが大切です。