



H24. 5/1
杉ノ子保育園



今月のテーマ
よく噛んで食べ

摂食行動は、哺乳期から離乳期を経て「吸てつ」（すすること）～「咀嚼」（噛みつぶし飲み込むこと）へと発達していきます。離乳期に徐々に柔らかい物から固いものへと、咀嚼の学習体験を積み重ね、2歳くらいまでには「かめる」ようになっていいることが望ましいとされています。

接触機能は、発達の一現象で、子ども自らが自分の意志で口唇、舌、あごを動かせるようになるには、発達段階に合わせた離乳の進め方が重要です。離乳期から3歳ごろまでのトレーニングが、その動かし方を学ぶ時期といえるでしょう。

子どもの食べる学習の教師は、保護者であり、保育者であり、育児担当者です。その教科書は、食材や調理形態なのです。

ひみこのはがいぜ

- ひ 肥満防止
- は 歯周病の予防
歯ぐきの形成
- み 味覚の発達
- が ガン予防
- こ 言葉の発達が明瞭
- い 胃腸快調
- の 脳の発達
- ぜ 全力投球
(元気の素)

4月のパーティ料理



| | | 献立名 | おやつ |
|----|---|---|------------------------|
| 1 | 火 | ごはん 野菜たっぷりかき揚げ 春雨の酢の物 味噌汁 果物 | バナナのマーブルケーキ ミルク |
| 2 | 水 | ごはん 豚肉のしょうが焼き 桜えびとキャベツの炒め物 すまし汁 ゼリー | 揚げたご焼き カルピス |
| 3 | 木 | 憲法記念日 | |
| 4 | 金 | みどりの日 | |
| 5 | 土 | こどもの日 | |
| 7 | 月 | ごはん ローストチキン キノコクリーム煮 トマトスープ 果物 | フルーツのヨーグルト和え |
| 8 | 火 | 愛情弁当の日 お菓子 | |
| 9 | 水 | ごはん サケのフライ サラダ キノコの味噌汁 果物 | ピザトースト ミルクココア |
| 10 | 木 | ごはん 鶏肉の照り焼き きゅうりとわかめの酢の物 新玉葱の味噌汁 果物 | 桜餅 飲むヨーグルト |
| 11 | 金 | ごはん 子育て団子汁 スタミナ納豆 果物 | お好み焼き |
| 12 | 土 | 焼肉丼 味噌汁 果物 | 牛乳 せんべい |
| 14 | 月 | ごはん 新じゃがと野菜の煮物 寒天の酢の物 果物 | チーズ蒸しパン ミルク |
| 15 | 火 | ごはん コロッケ 温野菜 味噌汁 果物 | 果樹園ゼリー せんべい |
| 16 | 水 | シーフードスパゲティ トーストパン オニオンスープ 果物 | 鶏肉とごぼうのおにぎり お茶 |
| 17 | 木 | ごはん 焼き魚 ポテトサラダ 味噌汁 果物 | 黄な粉団子 お茶 |
| 18 | 金 | ごはん ポトフ ひじきの煮物 果物 | 揚げたご焼き カルピス |
| 19 | 土 | 五日チャーハン わかめスープ 果物 | 焼き芋 お茶 |
| 21 | 月 | ごはん 魚の煮つけ こんにゃくの白和え 味噌汁 果物 | 菜の花とベーコンのスパゲティ カルピス |
| 22 | 火 | ごはん 鶏肉のから揚げ つけ野菜 新じゃが味噌汁 | 蒸しパン ミルク |
| 23 | 水 | ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 千切りキャベツ トマトスープ 果物 | ベーコンとコーンパン ミルク |
| 24 | 木 | ごはん 白身魚のふりかけマヨ焼き 付け野菜 中華スープ ゼリー | ランチクラッカー ミルク |
| 25 | 金 | カレーパーティー ドライカレー じゃがいもの和風サラダ プリンアラモード | えびせん カルピス |
| 26 | 土 | 冷やし中華 果物 | 焼きイモ |
| 28 | 月 | ごはん さばの味噌煮 小松菜とベーコン炒め すまし汁 ゼリー | 豆腐ドーナツ ミルク |
| 29 | 火 | ごはん ナゲット 野菜の胡麻和え ソーメン汁 果物 | ふかしいも |
| 30 | 水 | かき揚げうどん わかめおにぎり 果物 | えびせん ゼリー |
| 31 | 木 | 炊き込みご飯 鶏肉と野菜のスープ 果物 | ライスせんべい ミルク |