



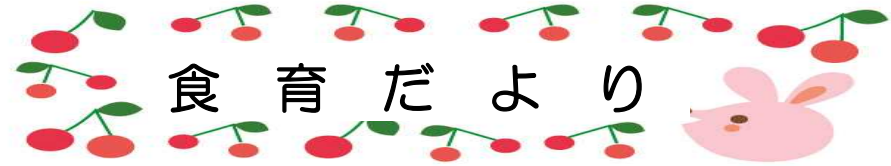
# ほうゆう保育園献立表

食育目標・・・おいしく食べて、元気に過ごそう！

## <中期食>

管理栄養士 在家由布  
栄養士 田中美香

日付	午前食	日付	午前食
1日	7倍粥	12日	7倍粥
15日	挽肉の人参あんかけ	26日	ホイコーロー風
29日 (火)	玉ねぎのとろとろ煮 野菜スープ	(土)	南瓜サラダ 野菜スープ
2日 (水)	7倍粥 いり豆腐	14日	7倍粥
こどもの日 お茶会	マッシュポテト 野菜スープ	28日 (月)	白身魚のあんかけ ブロッコリースープ
7日	7倍粥	16日	7倍粥
21日 (月)	マーボー豆腐風 大根のしらす和え 野菜スープ	30日 (水)	鶏肉のトマト煮 ココロ人参 野菜スープ
8日	7倍粥	17日	7倍粥
22日 (火)	白身魚の野菜あんかけ 野菜スープ	31日 (木)	南瓜のそぼろ煮 ブロッコリー 野菜スープ
9日	7倍粥	19日 (土)	お魚の雑炊 きゃべつのおひたし 野菜スープ
23日 (水)	キャベツのひき肉あん じゃがいものココロコ 野菜スープ	24日 (木)	7倍粥
10日 (木)	7倍粥	誕生日会	豆腐のしらすあんかけ さつまいもとブロッコリーのサラダ 野菜スープ
18日 (金)	肉団子のあんかけ 野菜のしらす和え 野菜スープ		
11日	7倍粥		
25日 (金)	豆腐の野菜ペーストかけ ブロッコリーのチーズあえ 野菜スープ		



## 食育だより

新年度がスタートして早1か月。新しい生活にも少しずつ慣れてきたことかと思いますが、疲れも出てくる頃です。ゴールデンウィークはあまりペースを崩さず休み明けはまた元気に登園できるよう、体調管理をお願いいたします。

今月は子どもの日の行事食として新茶とかしわもちをいただきます(幼児食のみ)。子ども達の成長を共にお祝いしましょう。

**離乳食をいやがる時は**

離乳食をあまり食べない。そんなときは、無理強いせずにミルク以外のものを初めて口にする赤ちゃんの気持ちに添いながら、何がいやなのか様子を見ます。スプーンの材質に違和感があるのか、口に入ってくるタイミングが合わないのかもしれませんが、赤ちゃんが自分から食べたいと思えるような介助を考えましょう。食べないことを大人が心配していると赤ちゃんも不安になります。やさしく声をかけながら楽しい食卓を用意しましょう。

