



# きゅうしょくだより

令和6年1月 えのほいくえん

日	曜	昼食	3時のおやつ
01	月	◆ 元日 ◆	
02	火	◆ お休み ◆	
03	水	◆ お休み ◆	
04	木	ご飯、かぼちゃのそぼろ煮、だいこんのみそ汁	牛乳、お菓子
05	金	ご飯、大根と豚肉の煮物、かぼちゃのみそ汁、みかん	牛乳、お菓子
06	土	(お弁当、水筒を、持って来てください)	牛乳、お菓子
08	月	◆ 成人の日 ◆	
09	火	ご飯、煮魚、昆布和え、みそけんちん汁	いりこ、牛乳、麩のラスク
10	水	ご飯、マーボ豆腐、もやしのナムル、みかん	いりこ、牛乳、フルーチェ(未)、お菓子
11	木	ご飯、高野豆腐の卵とじ、豚汁	いりこ、牛乳、黒糖もち
12	金	カレーライス、だいこんサラダ、りんご	いりこ、牛乳、コーンフレーク
13	土	(お弁当、水筒を、持って来てください)	牛乳、お菓子
15	月	ご飯、酢豚風煮、中華そば、バナナ	いりこ、牛乳、フライドポテト
16	火	ご飯、魚の磯辺揚げ、大根の煮物、なめこのみそ汁	いりこ、牛乳、チーズ(未)、お菓子
17	水	ご飯、豆腐の中華煮、わかめスープ、みかん	いりこ、牛乳、もみじ饅頭、お菓子
18	木	ご飯、洋風オムレツ、ナポリタン、コンソメスープ	いりこ、牛乳、フルーツヨーグルト
19	金	ゆかりご飯、なかよしシチュー、パンサンスー、りんご	いりこ、牛乳、サンドイッチ
20	土	(お弁当、水筒を、持って来てください)	牛乳、お菓子
22	月	ご飯、肉じゃが、もずくのみそ汁、バナナ	いりこ、牛乳、ヨーグルト、お菓子
23	火	ご飯、魚のごま照り焼き、三色なます、豆腐のみそ汁	いりこ、牛乳、おぐらケーキ
24	水	ご飯、ポークビーンズ、スパゲティサラダ、みかん	いりこ、牛乳、お菓子
25	木	ご飯、親子煮、れんこんとひじきのサラダ	牛乳、スティックパン
26	金	ご飯、豆腐ハンバーグ、三色サラダ、野菜スープ、りんご	いりこ、牛乳、きなこおはぎ
27	土	(お弁当、水筒を、持って来てください)	牛乳、お菓子
29	月	ご飯、筑前煮、うどん汁、バナナ	いりこ、牛乳、りんごババロア
30	火	ご飯、魚のマヨ焼き、ごまキャベツ、豆乳スープ	いりこ、牛乳、お菓子
31	水	わかめご飯、はんぺんのはさみ揚げ、マカロニサラダ、コーン スープ、パイナップル	いりこ、牛乳、ロールケーキ

# 「楽しく食べる子ども」

楽しく食べる子どものために、乳幼児の食育でめざすもの

- 成長・発達を保障する
- 食を営む力の基礎を培う
- 人間(親子)関係を含めた生活の質の向上

## 「楽しく食べる子ども」像

- ①おなかがすくリズムのもてる子ども
- ②食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③一緒に食べたい人がいる子ども
- ④食事づくり、準備に関わる子ども
- ⑤食べものを話題にする子ども



子どもたちは、園で多くの時間を過ごします。園は食に関わる体験を積み重ね、生涯にわたって健康で質のよい生活を送る基本となる「食を営む力の基礎を養う」絶好の場所なのです。

日々の生活の中でバランスよく食べる、おいしさを感じながら食事をするからこそが、「成長・発達の保障」であり、「食を営む力」の基礎となっていきます。