



きゅうしょくだより

令和6年11月 えのほいくえん

日	曜	昼食	3時のおやつ
01	金	カレーライス、ツナサラダ、りんご	いりこ、牛乳、コーンフレーク
02	土	(お弁当、水筒を持って来てください)	牛乳、お菓子
04	月	◆ 振替休日 ◆	
05	火	ご飯、魚のマヨ焼き、ごまキャバツ、豆乳スープ	いりこ、牛乳、(未)フルーチェ、お菓子
06	水	ご飯、大根と厚揚げのみそ煮、のっぺい汁、みかん	いりこ、牛乳、黒糖もち
07	木	ご飯、洋風オムレツ、ナポリタン、コーンスープ	いりこ、牛乳、お菓子
08	金	わかめご飯、はっすん、うどん汁、りんご	いりこ、牛乳、ジャムサンド
09	土	(お弁当・水筒を持って来てください)	牛乳、お菓子
11	月	ご飯、すき焼き風煮、ちくわとコーンのサラダ、バナナ	いりこ、牛乳、ぶどうババロア
12	火	ご飯、煮魚、昆布和え、なめこのみそ汁	いりこ、牛乳、(未)チーズ、お菓子
13	水	ご飯、ポークビーンズ、白菜とりんごのサラダ、みかん	いりこ、牛乳、マカロニあべかわ
14	木	ご飯、柳川煮、みそけんちん汁	いりこ、牛乳、お菓子
15	金	ご飯、なかよしシチュー(豆乳)、パンサンデー、りんご	いりこ、牛乳、オレンジケーキ
16	土	(お弁当、水筒を持って来てください)	牛乳、お菓子
18	月	ご飯、肉団子と春雨スープ、ブロッコリーのサラダ、バナナ	いりこ、牛乳、フライドポテト
19	火	ご飯、魚の甘酢漬、白和え、きのこのみそ汁	いりこ、牛乳、スティックパン
20	水	ご飯、マーボー豆腐、中華和え、みかん	いりこ、牛乳、きなこおはぎ
21	木	ご飯、親子煮、れんこんとひじきのサラダ	いりこ、牛乳、お菓子
22	金	ご飯、肉じゃが、もずくのみそ汁、りんご	いりこ、牛乳、ヨーグルト、お菓子
23	土	◆ 勤労感謝の日 ◆	
25	月	ご飯、おでん、ニラたまスープ、バナナ	いりこ、牛乳、キャロットゼリー
26	火	ご飯、魚の西京焼き、ごま和え、豆腐のすまし汁	いりこ、牛乳、お菓子
27	水	ご飯、豆腐の中華煮、春雨スープ、みかん	いりこ、牛乳、麩のラスク
28	木	わかめご飯、揚げぎょうざ、もやしのナムル、中華スープ、 パイナップル	いりこ、牛乳、ロールケーキ
29	金	ご飯、チーズオムレツ、三色サラダ、ミネストローネ	いりこ、牛乳、もみじまんじゅう
30	土	(お弁当、水筒を持って来てください)	牛乳、お菓子

おはしの使い方・おちゃわんの持ち方

子どものうちから身につけたい、はしの上手な持ち方

はしに興味を持ち始めたら、子ども用のはしを準備してみませんか。
おとなが手本になって、はしの上手な持ち方を子どものうちから、身につけられたらいいですね。個人差もあります、無理なく、ゆっくり。

1

正しくえんぴつを
持つように、はしを
1本持つ。



2

上のはしを「1」の字を
書くように
たてに動かす。



3

もう1本のはしを
下のはしとして、
親指のつけ根と薬指の先ではさむ。



4

上のはしだけを
動かすように
練習する。



下のはしは動かさない