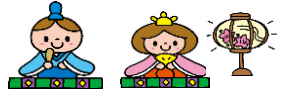




# 3がつのこんだてひょう



令和3年 平田保育所

## 今月の目標

みんなで楽しく  
食べよう!

日に日に暖かくなり、春の陽気を感じられるようになりました。子どもたちと一緒に食事をしながら「どうやって作ったの?」「〇〇おいしいよ」などいろいろな会話を楽しんでいます。また、降所時には親子で展示食を見ながら、「今日は〇〇だったよ。全部食べたよ」などと会話が弾んでいる姿を見かけ、今日の食事が話題の一つになっていることをとても嬉しく感じます。

今月の目標は『みんなで楽しく食べよう』です。今年度もあと1か月となり、そう組さんにとっては保育所での食事もおとわすかとなりました。今月もそう組さんの希望献立を取り入れており、献立表に★印をつけています。10日のおわかれ会は、子どもたちに人気のメニューになっていますので楽しみにしてくださいね。

月	火	水	木	金
1 (午前のおやつ0.1.2歳児) 野菜クラッカー・パスチャライズ牛乳	2 黒ごませんべい お茶	3 ひなまつり・誕生会 蒸しかぼちゃ 牛乳	4 ブルーベリーヨーグルト お茶	5 きな粉豆 牛乳
ごはん 揚げレバーの中華風 キャベツの煮物 焼きさつま芋 小松菜のみそ汁 のりおにぎり パスチャライズ牛乳	ごはん ハンバーグ コールスローサラダ ポイルブロッコリー チンゲン菜のスープ あさりしぐれおにぎり 牛乳	ちらし寿司 鶏肉の照り焼き ほうれん草の和え物 はんぺん汁 デコポン ★いちごムース お茶	ごはん 魚のごまみそ焼き 白和え・大根のから揚げ 春菊と卵のすまし汁 ぼんかん ★スイートポテト 牛乳	ごはん ★春巻き キャベツのおかか和え 南瓜の煮物 白菜のみそ汁 茶飯おにぎり 牛乳
8 麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳	9 きな粉マカロニ お茶	10 おわかれ会 かりかりいりこ 牛乳	11 チーズ お茶	12 弁当の日 豆乳スープ お茶
ごはん 松風焼き あらめの炒め煮 小松菜のしらす和え しめじのみそ汁 ホットケーキ(いちごジャム添え) パスチャライズ牛乳	ごはん 魚の揚げ焼きパジルチーズ風味 ポテトサラダ ほうれん草のコーン和え えのきのみそ汁 梅かつおおにぎり 牛乳	シーフードピラフ ミートスパゲティ 鶏肉の塩こうじから揚げ 鮭のグラタン・ポイル野菜 キャベツのスープ・いよかん クッキー カルピス	ごはん 焼肉 野菜炒め フライドポテト しじみのすまし汁 レタスチャーハン 牛乳	 いちご大福 お茶
15 人参プリッツ パスチャライズ牛乳	16 煮豆 お茶	17 さつま芋のオレンジ煮 お茶	18 麩の青のりスナック お茶	19 ココアクッキー お茶
ごはん 厚焼き卵 きゅうりとささみの酢の物 大根の煮物 南瓜のみそ汁 ふりかけおにぎり パスチャライズ牛乳	板わかめごはん 魚の煮付け 白菜のごま和え ブロッコリーのカレーマヨ焼き 鶏ごぼう汁 ピザ 牛乳	ごはん 豚肉のみそ焼き スティックサラダ きのこのソテー クリームシチュー ぼたもち お茶	ごはん ★天ぷら きんぴらごぼう 小松菜と切干大根の和え物 あさりのすまし汁 きよみオレンジ 炊き込みごはん 牛乳	ビビンバ丼 キャベツの磯香和え さつま芋のサラダ 切干大根のみそ汁 ぶんたん 黒ごま団子 牛乳
22 麩のココアラスク パスチャライズ牛乳	23 もっちもちおから お茶	24 粉ふき芋 牛乳	25 修了式 煮昆布 牛乳	26 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳
ごはん 豚肉のアップルソース ひじきとツナのサラダ セロリのきんぴら 油揚げのみそ汁 焼うどん パスチャライズ牛乳	さつま芋ごはん 魚の塩こうじ焼き 納豆和え ★ごぼうのカレー天ぷら 豆腐のすまし汁 きよみオレンジ 和風パセリおにぎり 牛乳	ハヤシライス 和風サラダ 焼きアスパラ ぶんたん ★ヨーグルトスコーン 牛乳	ごはん 魚の衣焼き 春雨の酢の物 ブロッコリーのマヨネーズ和え ほうれん草のみそ汁 鶏そぼろおにぎり 牛乳	ごはん 牛肉とごぼうの甘辛煮 キャベツの和え物 焼きパプリカ 麩のみそ汁 おからショコラ 牛乳
29 りんご パスチャライズ牛乳	30 希望保育(弁当・水筒の準備をお願いします)	31	<div data-bbox="1358 2112 1557 2148" data-label="Section-Header"><h3>2月の食育活動</h3></div> <div data-bbox="1159 2145 1777 2184" data-label="Section-Header"><h4>体幹を使った遊びをしました! &lt;ぱんだ・そう組&gt;</h4></div> <div data-bbox="1149 2184 1796 2307" data-label="Text"><p>食事中に姿勢が崩れてしまう姿から、体の軸である体幹を強くできたらと思い、つま先を使った遊びを子どもたちと一緒にしました。日頃、意識して使うことのないつま先ですが、体を支えるのに重要な役割をしています。</p></div> <div data-bbox="1149 2304 1790 2513" data-label="Text"><p>子どもたちは、つま先に体重をのせてかかとを上げる動作に「足が痛い」「足がブルブルする」など、バランスをとるのに一生懸命の様子でしたが、遊びが進むにつれ徐々にコツをつかみできるようになっていきました。そして、四つん這いになって進む動きでは、体が傾いて斜めに進む姿が見られたので、床の線に沿って進むよう伝えていきました。今後も継続してやっていきたいと思っています。</p></div> <div data-bbox="1166 2508 1410 2543" data-label="Section-Header"><h4>☆体幹遊びメニュー☆</h4></div> <div data-bbox="1149 2538 1580 2658" data-label="List-Group"> <ol style="list-style-type: none"> <li>①つま先立ち(10秒)</li> <li>②つま先歩き</li> <li>③つま先ジャンプ(つま先で着地)</li> <li>④四つん這いになって進む(ひざを伸ばし、かかとを上げる)</li> </ol> </div> <div data-bbox="1619 2497 1773 2667" data-label="Image"></div>	
ごはん マーボー豆腐 はりはりなます 焼きれんこん わかめスープ じゃこおにぎり パスチャライズ牛乳	<div data-bbox="517 2222 1078 2359" data-label="Image"></div> <div data-bbox="653 2255 935 2329" data-label="Text"><p>食べるの大好き 心も体も大きくなーれ</p></div> <div data-bbox="504 2357 1087 2497" data-label="Text"><p>今年度も、おてつだいカレンダーをはじめクッキングや栽培など、子どもたちは食に関わる体験をしました。先月は、いかや魚をさばく様子を身近で見る体験を通して、命をいただいていることへの感謝の気持ちに繋がったと思います。</p></div> <div data-bbox="504 2491 1087 2658" data-label="Text"><p>また、成長シートを全クラスで実施しました。保護者の皆様にはお忙しい中ご協力いただき、本当にありがとうございました。食事は、子どもの心と身体を育てるのにとっても重要な役割を担っています。今後もご家庭と一緒に、お子さんの健やかな成長を支えていきたいと思っています。 一年間ありがとうございました。</p></div>			

