



5月の献立表

幼保連携型認定こども園
むつみ保育園

Table with 6 columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ 3時おやつ, 栄養価. Rows include items like 御飯 (五色納豆), 御飯 (あったかそうめん), 御飯 (ミートカレー), etc.

Table with 6 columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ 3時おやつ, 栄養価. Rows include items like 中華丼, 中華スープ, 御飯 (鶏かつ), etc.



おかずはごはん

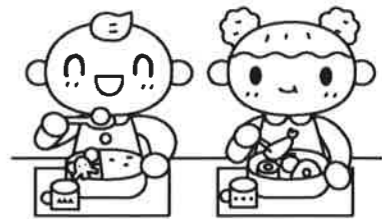
いっしょに食べよう

ごはんとおかずをいっしょに入れて、口の中で混ぜ合わせながら食べることを「口中調味」(こうちゅうちょうみ)と呼びます。これは、古くからの日本独自の食べ方です。最近では、欧米型食文化の「ばっかり食べ」(おかずばかりを先に食べる食べ方)をする子どももいるようですが、口中調味には「ご飯の量で味を調整して、濃い味に慣れない」「脳を活性化させる」などの利点があるようです。

手作り弁当のおねがい

※食中毒防止の為に協力ください

- デザート類にヨーグルトやゼリーなど、要冷蔵商品は持たせない。
• お弁当のおかずに「生もの」は、入れない。
• ハムやかまぼこなどの加工食品であっても、出来るだけ火を通しましょう。
• ごはん、おかず共に冷えてから蓋をしてください。
• 子どもが食べられるだけの量を入れてあげましょう。



17日(金) 誕生会
25日(土) 手作り弁当日

※食材の仕入れの関係上、メニューが変更になる場合があります。
※3歳未満児のおやつは、年齢に合わせたものを提供しています。