



三津保育所
令和4年8月
TEI 45-2170

日	曜日	こ ん だ て	3じのおやつ
1	げつ	あつあげとぶたにくのみそいため ちゅうかふうあえもの すいか	いそのかおりフライドポテト
2	か	さかなのカレーフリッター とうがんじる パナナ	ぶどうゼリー
3	すい	すぶた だいこんサラダ パイナップル	なんきんのニコニコクッキー
4	もく	ジャージャーめん バンバンジー すいか	とうもろこしのおにぎり
5	きん	ぶたにくのしょうがやき かいそうサラダ パナナ	ごまドーナツ
6	ど	とりにくのてりに ひじきとだいずのいために ももかん	せんべい
8	げつ	カレーどうふ マロニーサラダ パイナップル	ココアケーキ
9	か	ぶたにくのあまみそどん ごまあえ パナナ	こうやどうふのサイコロ
10	すい	ハヤシライス パンプキンサラダ ももかん	とうにゅうくずもち
12	きん	こうやどうふのもの おくらのあえもの ぱいんかん	おにぎり
13	ど	にくうどん キャベツのすのもの みかんかん	クラッカー
15	げつ	いりどうふ キャベツとオクラのごまサラダ なし	クッキー
16	か	ひやしちゅうか かぼちゃのもの パイナップル	ゆかりおにぎり
17	すい	しろみざかなのチーズフライ ミネストローネ みかんかん	トマトゼリー
18	もく	オーロラチキン あおのりポテト すましじる すいか	フルーツあんぱん
19	きん	ひがしひろしまのやさいたっぷりカレー りっちゃんのサラダ なし	バナナケーキ
20	ど	ポークケチャップ なつやさいのポタージュ パナナ	せんべい
22	げつ	ポークビーンズ やさいサラダ パイナップル	しろくまちゃんのほっとけー
23	か	～たんじょうかいおたのしみメニュー～	アイスクリーム
24	すい	ナスとぎゅうにくのあまからいため ちゅうかあえ パナナ	フルーチェ
25	もく	はっぼうさい じゃがいものごまあえ なし	ピザ
26	きん	ぎゅうたまごとじどん パンサンスー すいか	わかめおにぎり
27	ど	やさいのうまに きゅうりなます パナナ	クッキー
29	げつ	ぎせいどうふ ナスのみそしる スイカ	じゃがいもおやき
30	か	かきあげ サマースープ パイナップル	フルーツゼリー
31	すい	さけのきのこチーズむし おかかあえ パナナ	とうふのガトーショコラ



★ 23日(火)は誕生会です。ごはんはいりません。箸だけ持ってきてください。

★ 30日(火)の「かき揚げ」は『食品ロス削減献立』です。



★ 暑くなってきたので、水分を十分にとりましょう！ 乳幼児の体は水分が 80%を占めています。運動をしなくても、汗や呼吸、尿によって水分は失われていきます。体内の水分が不足すると、夏バテや便秘などの不調が現れます。暑い夏にはしっかりとお茶や水を飲み、水分を補給しましょう。

★ お盆は出席人数により、メニューの変更があります。ご了承ください。



☆3～5 歳児で身につけたい食事のマナー☆

3～5 歳は、箸を使う、姿勢を正す、茶わんをしっかり持つ、器に手を添えるなど、大人のしぐさを真似て覚え、身につけていく年齢です。できて当たり前と思わず、お子さんが「しよう」とする姿を励まし、一瞬でもできたら「そうそう今のよかったよ」と一緒に喜び合いましょう。『できた実感』をもたせることが大切です。苦手な物も、ひと口試してみたり、おいしさを表現しながら楽しく食べたりすることも、身につけたいマナーの1つですね。