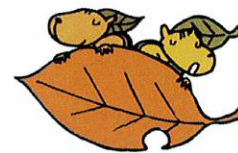




令和7年度
誓念寺こども園
誓念寺中野こども園



お知らせ



日	曜日	行事	みんなのおかず	エネルギー	塩分	3歳未満児(午前)	みんなのおやつ(午後)
1	水		さつまいものシチュー、がんもどきの煮付、ゆで卵	538	1.5	みかん1/2個、あられ	あられ、プリン
2	木		牛肉とレンコンの炒め物、こふき芋、ｺｰﾝ卵スープ	482	1.3	ムーンライト、なし	ミザダ せんべい、バナナ
3	金		かじきとｶﾏｲﾁの中華煮、厚揚げの煮物	599	2.1	ポーロ、クラッカー	いちごｼﾞｬﾙｼﾞｬﾝﾄﾞ、牛乳
4	土	運動会(0・1・2歳児) 誓	星食べよ、サブレ、りんごジュース				
5	日	運動会(3・4・5歳児)					
6	月		焼きビーフン、スティックきゅうり、卵スープ	520	2.5	うすやきせんべい、ムーンライト	お月見デザート
7	火		大豆の五目煮、かぼちゃと卵のサラダ	647	2.1	えびかきもち、ポーロ	オレンジ、塩せんべい
8	水		煮込みうどん、小松菜とじゃこの炒め物、10gチーズ	460	2.5	なし、胚芽ビス	チーズおかき、エントリー
9	木		鶏肉のすき焼き風煮物、マカロニサラダ(柿)	520	2.5	ポーロ、のりあられ	なし、ハーベスト
10	金	なかよし広場(誓)	五目スープ、さつま芋サラダ	554	1.9	バナナ、まがりせんべい	ホームパイ、星食べよ
11	土		揚げ一番、きなこせんべい、ぶどうジュース				
12	日						
13	月		スポーツの日				
14	火		豚肉の柳川風煮物、ﾌﾛｯｷｰとｺｰﾝのソテー、さつま芋の甘煮	552	1.7	みかん1/2個、あられ	おにぎり
15	水		じゃがいものひじき煮、ｼｰﾎﾞﾝﾅｶﾞ	527	2.1	きなこせんべい、ビスコ	甘辛せんべい、りんご
16	木		ひじきとさつま芋煮(豚肉)、三色ナムル、チーズ(棒)	552	2.2	動物ビスケット、あられ	バナナ、ホームパイ
17	金		白身ﾌｧｯﾁｬｯﾌﾟ ｴｰｽかけ、きんぴらごぼう、みそ汁	521	2.1	ﾌｫｯｸﾞ、チーズおかき	ゼリー、サブレ
18	土	修園旅行(5歳児)	塩せんべい、源氏パイ、牛乳				
19	日						
20	月		シュウマイ、豚汁、スティックきゅうり	576	2.1	バナナ、あられ	ふかし芋、チーズおかき
21	火		カレーシチュー、ひじきサラダ	610	2.5	きなこせんべい、ばかうけ	グレープフルーツ、あられ
22	水		ミンチカツ、ポテトサラダ、みそ汁(わかめ)	670	3.2	あられ、動物ビスケット	牛乳、ホットケーキ
23	木		牛肉とじゃが芋の煮物、ﾌﾛｯｷｰとｺｰﾝのおかか和え、トマト	636	1.9	マリービス、オレンジ	バナナ、ぱりんこ
24	金		焼き魚(さば)、ビーフンスープ、スティックきゅうり	535	1.5	ロングサラダ、ポーロ	ぱりんこ、ヨーグルト
25	土		星たべよ、ミニバーンクーヘン、りんごジュース				
26	日						
27	月		ﾎｰﾂとｺｰﾝのﾐﾚｯﾂ、にんじんの和風ﾅｶﾞ、野菜とｳｨﾝﾅｰのスｰﾌﾟ	480	2.3	ﾐﾚｯﾂ、星食べよ	青のりあられ、オレンジ
28	火	なかよし広場(誓)	筑前煮(大根入り)、ごま酢キャベツ	488	1.5	あられ、棒チーズ	りんご、黒糖ﾐﾚｯ
29	水		ハンバーグソース煮、粉ふき芋、きゃべつのﾊﾞｰｺﾝｽｰﾌﾟ	583	2.4	塩せんべい、ｱﾝﾊﾞﾞ ﾏﾞﾙﾋﾞｽ	甘辛せんべい、ゼリー
30	木		ポークピッツ、小松菜サラダ	526	1.7	バナナ、うすやきせんべい	きなこせんべい、ぱりんこ
31	金		肉団子スープ、ブロッコリーと卵のサラダ	577	2	マンナビス、えびかきもち	ミニ蒸しパン、塩せんべい

幼児期は感覚の形成に大切な時期です。食事でも、五感(視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚)を働かせてみると、食べること以外の楽しさが見つかります。「おいしさ」を感じるのも味覚だけではなく、見て、聞いて、匂いをかいで判断しますよね。食を通して豊かな感覚を育み、楽しい食事につながるようにしましょう。

見る(視覚)

普段何気なく食べているものも、よく見るといろんな発見があるかもしれません。色や形など、お子さんと一緒にじっくり観察してみましょう。



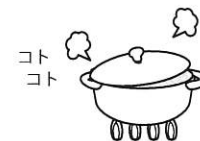
いろいろな色



いろいろな形

聞く(聴覚)

食事には、調理するときの音や、かむ音など、たくさんの音であふれています。



匂う(嗅覚)

においをかぐことにより、いろんな想像が膨らみますね。



おいしそうなおい



においの変化

触る(触覚)

火を通したりすることにより、いろんな変化も生まれます。



やわらかい



ペラペラ



ごっごつ

味わう(味覚)

舌は、甘い、すっぱい、苦い、しょっぱいなど、いろいろ感じますね。どんな味があるか、舌で観察しながら食べることは楽しみにつながります。

※3歳以上児の給食のエネルギー量と塩分量を掲載しています。
※材料等、一部変更になる場合がありますが、ご了承ください。