



2022、



献立表

田町保育園

日	献立	3歳未満児10時おやつ	15時おやつ
1 木	たきこみごはん かき玉汁 鶏もろみ焼き キャベツ昆布和え チーズ バナナ	白い風船	マシュマロリッツ 牛乳
2 金	豚野菜みそラーメン かぼちゃサラダ ごま煮干し りんご	カルシウムせんべい	フルーツケーキ 牛乳
3 土	そばろごはん わかめコーン青しそ和え オレンジ 牛乳	星たべよ	菓子
4 日			
5 月	のり佃煮ごはん なすみそ汁 高野豆腐肉詰め煮 ごぼうマヨ和え グレープフルーツ	お野菜せんべい	アメリカンドッグ 牛乳
6 火	黒豆ごはん きのことスープ さんま竜田揚げ 大根酢の物 オレンジ	五穀ビスケット	ポンデケーキ 牛乳
7 水	ちらし寿司 麩すまし汁 鶏マーマレード焼き ほうれん草お浸し ピオーネ	味しらべ	まんじゅう 牛乳
8 木	ホットドッグ 野菜スープ ひじきサラダ バナナ 牛乳	カルシウムウエハース	きつねおむすび
★9 金	お月見カレーライス レバーみそ煮 キャベツサラダ うさぎりんご 牛乳	クラッカー	お月見ゼリー
10 土	ポークピラフ しらすサラダ グレープフルーツ 牛乳	白い風船	菓子
11 日			
12 月	ゆかりごはん じゃが芋スープ 鶏つくね焼き ナムル オレンジ	マリー	スコーン 牛乳
13 火	たくあんごはん コンソメスープ ポークソテー ブロッコリーサラダ バナナ	星たべよ	レモントースト 牛乳
14 水	麦ごはん 豚汁 鮭みそ焼き 小松菜和え物 ひじき煮 梨	カルシウムせんべい	レーズンホットケーキ 牛乳
★15 木	赤飯 大根スープ ハンバーグ ポテトサラダ 人参グラッセ グレープフルーツ	五穀ビスケット	フルーツパイ ココア
16 金	かき玉うどん ちくわと野菜天ぷら 白和え りんご	鉄ウエハース	ツナマヨおむすび
17 土	豚丼 春雨中華サラダ オレンジ 牛乳	白い風船	菓子
18 日			
19 月	〈 祝日 〉		
20 火	雑穀ごはん 鶏団子汁 さんまカレー焼き チンゲン菜酢の物 バナナ	お野菜せんべい	チーズトースト 牛乳
21 水	ロールパン トマトスープ マカロニグラタン レーズンサラダ 梨	カルシウムウエハース	スノーボールクッキー 牛乳
22 木	わかめごはん そうめん汁 豆腐五目揚げ ほうれん草みそ和え グレープフルーツ	クラッカー	ブルーベリーヨーグルト 鉄ウエハース
23 金	〈 祝日 〉		
24 土	(お弁当の日)		
25 日			
26 月	ふりかけごはん セロリスープ 鶏ピザ焼き 三色和え りんご	味しらべ	オレンジ蒸しパン 牛乳
27 火	麦ごはん ごぼうみそ汁 あじフライ キャベツ酢の物 グレープフルーツ	星たべよ	パンプディング 牛乳
28 水	高菜ごはん カイワレすまし汁 千草焼き 水菜ごま和え レバーケチャップ煮 オレンジ	マリー	豆腐ドーナツ 牛乳
29 木	雑穀ごはん コロコロスープ 鶏の唐揚げ マカロニサラダ 梨	白い風船	りんごゼリー 牛乳
30 金	ジャムサンド ポークビーンズ 大根ツナサラダ バナナ 牛乳	カルシウムせんべい	焼きトウモロコシおむすび

* 行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承下さい。

* 3歳未満児の10時おやつにはスキムミルクが付きます。



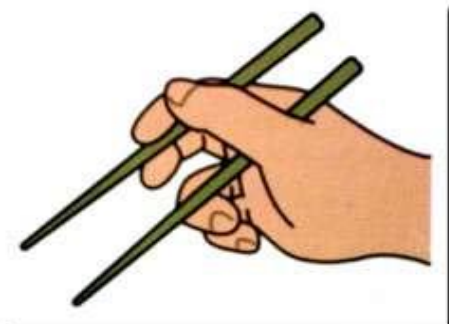
行事食	
★9日(金)	お月見献立
★15日(木)	お誕生会

お箸の持ち方

正しいおはしの持ち方



①くすり指と親指の根元で1本のおはしを持ちます。



②次に親指、人差し指、中指の3本でもう1本のおはしを持ちます。



③上のおはしを中指と人差し指で上下に動かして物をつかみます。

★箸の持ち方は、何種類かあります。上記に記しているのは一つの例です。

★自分に合った持ち方で正しく箸を持ち食事を楽しみましょう。



食事の前には、手をきれいに洗おう



てを あらおう

①せっけんをつける	②てのひらをあらう	③てのこうをあらう	④ゆびのさきをあらう
⑤ゆびのあいだをあらう	⑥てくびをあらう	⑦みずであらいながす	⑧きれいにふく

たべるまえ・トイレのあと・そうじのあとはてをきれいに!

★細目な手洗いを心掛けよう★

20秒以上しっかり手洗い

