



給食メモ

2022年3月 箱舟保育園

食事のマナー

今月の食育の日のテーマは「食事のマナー2」です。10月の食育の日にも学びましたが、大切なことなので、再び学んでもらいます。11月の給食メモのチェックと5ヶ月後のいま、〇は増えているかな？

おやこで まなー ちえっくを してみよう！！

まなーが まもれて いたら 口に〇を、まなーが まもれて いなかったら 口に×をつけてね！

*たべる まえに

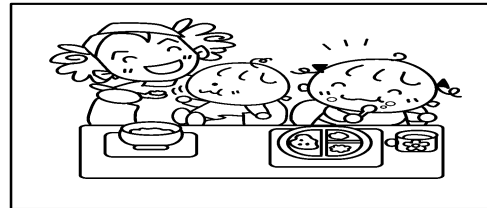
- しっかりてあらい をしている
- 「いただきます」と あいさつしている

*たべている ときに

- ただしい しせいで たべている はし(すぷーん・ふおーく)を ただしく つかえている
- (おちゃわん・おわんを もって)、おさらに てをそえて たべられている
- よくかんで たべている ひじをついて たべていない 「くちゃくちゃ」とおとを たてて たべていない
- しょくじちゅうに よこを むいたり、たったり していない
- くちのなかに たべものを いったまま おしゃべりを していない

*たべ おわったら

- 「ごちそうさま」とあいさつを している



2021年7月新潟県の小学5年生男児が給食の「米粉パン」を喉に詰まらせて、亡くなるという痛ましい事故がおきました。

- ・一度にたくさんの食べ物をお口の中にいれない。大きな食べ物は小さくちぎったり、きったりして少しずつ食べる。よく噛んでからのみこむ。
 - ・水分の少ない食べ物、パンや肉などは飲み物、汁物やお茶と一緒に食べる。
 - ・前をむいて静かに食べる。食事中ふざげない。笑わせたり、競争しながら食べたりしない
- 以上のことに注意して食べるようにしましょう。

マナーを守って食べることは、窒息事故防止にもつながりますので、日常からご家庭でもしっかりとご指導ください。

毎月配布される献立表を参考にして、保育園と家庭の食事内容が重ならないよう配慮をお願いいたします。

♪♪箱舟保育園人気メニュー♪♪ きくぐみの保護者からリクエストがありました。

ハンバーガー用パテ

ハンバーガー用のパテ 幼児1人分
 合挽き肉 40g
 玉葱(みじん切り) 18g
 人参(みじん切りかすりおろす) 13g
 おから 7g
 片栗粉 小さじ2/3
 酒 小さじ1/5
 塩・こしょう・ナツメグ 少々

作り方

- ①ボールに合挽き肉・塩・こしょう・ナツメグを入れ、よく混ぜる。
- ② ①に玉葱・人参・おから・片栗粉・酒を加え、なじませてから、よく混ぜる。
- ③丸く成形する
- ④予熱した200度のオーブンで焼く

特製ソース

ケチャップ 小さじ1
 ウスターソース 小さじ1/3
 砂糖 少々
 作り方
 鍋に全て入れ加熱し、少しとろみをつける。

給食ではキャベツをフレンチドレッシングで和えた物とスライスチーズもサンドしました。

小学校では、自分で組み立てるハンバーガーなども提供されます。スライスチーズのフィルムをはがすなど、ご家庭でも練習をしてくださいね！

アレルギーのお友だちも食べられるように、卵や乳製品は使っていません。ご家庭でアレンジしてくださいね！