

2025年



給食だより

認定こども園わんぱくはうす



今月の目標

正しいマナーを身につけよう！

実りの秋、スポーツの秋、そして食欲の秋がやってきました。

たくさん体を動かして、お腹をすかせ、おいしい秋の味覚を楽しみましょう。

★食事マナー★

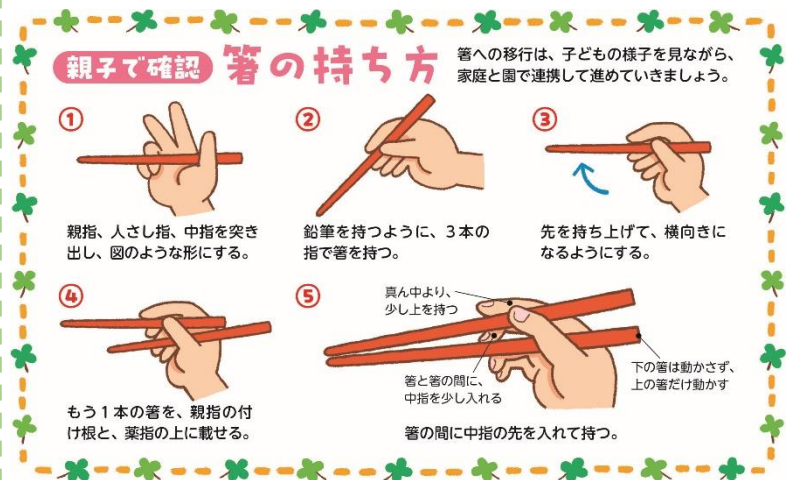
正しい姿勢で、正しい食器の持ち方で
食事はできていますか？

食事中、口に食べ物が入ったまま喋っていたり、
立ち歩いたりしていませんか？

食事のマナーには、様々なものがあります。

子どもたちに単に守らせるのではなく、
楽しく食べるための

決まりであることを伝えましょう。



★食器の配置

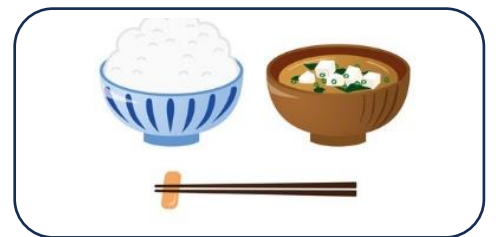
ごはんは左、汁物は右、はしは手前など、食器を正しい位置に置いて食事をしましょう。

おうちでお手伝いをするときや大人が準備するときなども

声をかけながら行くと自然に正しい配置を知ることができます！

おうちでのごはん、給食の時間にも意識して配置できるように

しっかり覚えましょう！



○ げんきぐみ クッキング

9月は、みそ作りを行いました！

それぞれで袋に入った大豆と麴を潰し、塩
を加え、混ぜたりしました。

約 1 か月後に完成する予定です。

完成したみそは、給食で使用します♪



○食育の話

9月の食育の話は、「バランスよく食べよう」を
テーマにお話をしました。

- ・主食（ごはん・パン・めん）
- ・主菜（肉・魚・たまご・大豆料理）
- ・副菜（野菜・きのこ・芋。海藻料理）

この三つを組み合わせるとバランスよく
食べることができます。

○今月のげんき組クッキング

10月21日（火） スイートポテトを作ります！

【持ってくるもの】

エプロン・三角巾・マスク

