



献立予定表



Table with columns for Day, Meal Name, 3pm Snack, and Ingredients. Includes special events like '3日~7日まで幼児の保育参加です' and '創立40周年記念行事'.

Table with columns for Day, Meal Name, 3pm Snack, and Ingredients. Includes a '内科検診' (Internal Medicine Checkup) on June 26th.

※食材は記載と変更になる場合があります。
※玄関の給食サンプルのところに、食に関するご意見ノートをおいています。
※何でもお気軽に声をおかけください。

ゆっくりよくかんでおいしく食べよう 一かむことの大きさ(わんぱくランチから)
ゆっくりとよくかむと、からだやこころにたくさんの良いことがあります。でもかむことが苦手になってしまうと
ちょっと心配なことがでてきます。好き嫌いの原因になることがあります。

よくかむとどんないいことがあるの?
味がよくわかる お腹を強くする 食べ過ぎない
力が出る きれいな歯並び おしゃべり上手 しっかりした体

「上手にかむことができていますか」チェックポイント
?つめこまず、一口分だけかじりとれていますか?
?口を閉じてかむことができていますか?

どうすればよく噛むようになるの?
★食べる意欲を育てる
★一口ずつ丁寧にかんで食べる
★食事に集中できる環境にする
★やわらかいものばかり与えない
★汁で流し込まない
★一緒に食べる