



# 給食だより

2025年3月12日（水）  
社会福祉法人 虹福祉会  
富士こども園

## 食事のマナーとは？

ただ「行儀よく」食べるためだけではなく、周りの人と気持ちよく食事をし、楽しく食べるために、大切なことです。ご家庭でもマナーに配慮しながら食事を楽しみましょう。

乳幼児期は食事に集中することが難しいため、マナーを身につけるのに時間がかかることもあります。子どものペースに合わせ焦らず支援しましょう。

いただきます！



### 口を閉じてよく噛んで食べることができていますか？

口を閉じて、おいしく味わうことは食事のマナーのひとつです。また、口を閉じて噛むことは、マナー以外でも大切なことがあります。

#### 食事のマナーのため



人に不快感を与えない

#### 安全のため



口を閉じて噛むことで誤嚥（窒息事故）を予防できる

#### 健康のため



よく噛むことで、食べ物が細かく砕かれ、消化しやすくなる

### 子どもが食後の片付けに参加していますか？

食後の片付けは、作ってくれた人や食材への感謝の気持ちの表れです。また、次に使う人や片づける人のことを考えるという思いやりの心を育むことにもつながります。



食器を運ぶ



机を拭く



椅子をしまう

(株)アトム 給食管理ソフト わんぱくランチ

## 鶏肉の甘酢漬け



### ◎材料 【大人2人幼児2人分】

鶏もも	240g
片栗粉	24g (大さじ2)
油	18g (大さじ1強)
★砂糖	9g (大さじ1)
しょうゆ	12g (小さじ2)
酢	18g (大さじ1強)
玉ねぎ	70g(小1/2)
赤ピーマン	20g (1/4)

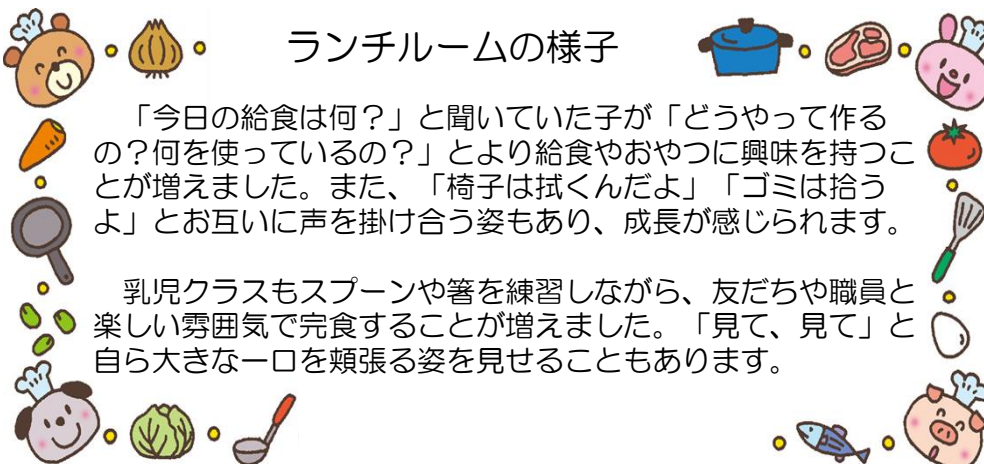
### ◎作り方

- ①玉ねぎ、赤ピーマン、ピーマンは薄切り、千切りにし耐熱ボールに入れ電子レンジでしんなりするまで加熱する。
- ②①に★を入れ、漬けておく。
- ③鶏ももは食べやすい大きさに切り、片栗粉をまぶしフライパンで焼きあげる。
- ④余分な油をきり、②と混ぜ合わせ完成♪

▼しんなりとした野菜とさっぱり食べられるので鶏肉以外の豚肉や魚もおすすです。



## ランチルームの様子



「今日の給食は何？」と聞いていた子が「どうやって作るの？何を使っているの？」とより給食やおやつに興味を持つことが増えました。また、「椅子は拭くんだよ」「ゴミは拾うよ」とお互いに声を掛け合う姿もあり、成長が感じられます。

乳児クラスもスプーンや箸を練習しながら、友だちや職員と楽しい雰囲気の中で完食することが増えました。「見て、見て」と自ら大きな一口を頬張る姿を見せることもあります。