



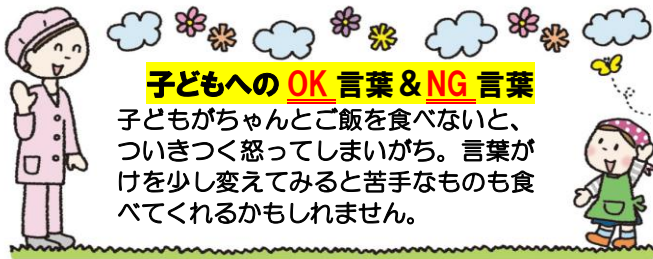
# のきゅうしょくこんだて



平成29年 12月1日 六合保育園

月	火	水	木	金	土
				1 魚のケチャップ煮 五目スープ  牛乳・バナナ 516kcal	2 クリームシチュー ひじき炒め煮  牛乳・おかし 504kcal
4 八宝菜 フルーツポンチ  牛乳・コーンフレーク 579kcal	5 魚の胡麻味噌焼き かき玉汁 フルーツ ヨーグルト、ウエハース 537kcal	6 麻婆豆腐 ほうれん草と ベーコンのソテー 牛乳・莓ジャムロール 631kcal	7 スープパグティ ゴマドレサラダ  牛乳・フルーツゼリー 510kcal	8 鯖のみぞれ煮 さつま芋の味噌汁 フルーツ 牛乳・マープルクッキー 676kcal	9 ハヤシライス ピーナツ和え  牛乳・おかし 518kcal
11 五目厚焼き卵 鶏と根菜の具だくさん汁 フルーツ 牛乳・チーズ豆腐パン 606kcal	12 鮭のムニエル ブロッコリー もずくスープ みかん、黒糖棒 520kcal	13 五目あんかけそば パンサンスー  牛乳・人参マドレーヌ 626kcal	14 親子煮 白和え フルーツ 牛乳・ぼたぼた焼き 518kcal	15 ビーフカレー ウインナー しらす入り酢の物 牛乳・パウムクーヘン 522kcal	16 <CAF> 
18 おでん 海苔和え フルーツ 牛乳・ヨーグルト蒸しパン 576kcal	19 魚のフライ タルタルソース パンプキンスープ 牛乳・みたらし団子 686kcal	20 パッタイ 具だくさん味噌汁 フルーツ 牛乳・デニッシュパン 661kcal	21 フィッシュボール 枝豆 きのこスープ 牛乳・ふかし芋 545kcal	22 南瓜と厚揚げの 含め煮 ハムサラダ 牛乳・ココアのブラウニー 659kcal	23 <天皇誕生日> 
25 ミートローフ ブロッコリー クラッカースープ 牛乳・サンタケーキ 616kcal	26 つみ入れ汁 チャプチェ フルーツ 牛乳・お好み焼き 648kcal	27 豚肉とキャベツの 味噌炒め すまし汁 牛乳・バナナ 509kcal	28 親子うどん フレーク和え  チーズ、クラッカー 552kcal	29  <休園>         <休園>	30  <休園>

※材料購入の都合上、献立を変更する可能性があります。予めご了承ください。



## 子どもへのOK言葉&NG言葉

子どもがちゃんとご飯を食べないと、ついきつく怒ってしまいがち。言葉がけを少し変えてみると苦手なものも食べてくれるかもしれません。

### OK言葉

子どもに分かりやすい言葉で、「食べるといいこと」を明るく具体的に伝えて促しましょう！「よくがんばったね」「食べられてよかったね」「髪がツヤツヤになるよ」「かけっこが速くなるかもよ」「クイズ！このハンバーグの中には何が入っているでしょう？」「どれが食べたい？自分でとってごらん」「すごい！あと半分だよ」「人参は〇〇ちゃんの体を強くするよ」

### NG言葉

「食べないと大きくなれないよ」「あなたのために作ったのよ」「お母さんもこれ嫌いななのよ」「食べないとオバケが出るよ」「〇〇を食べたらお菓子を食べていいよ」「とにかく食べなさい」「残りちゃダメ！何回言わせるの」

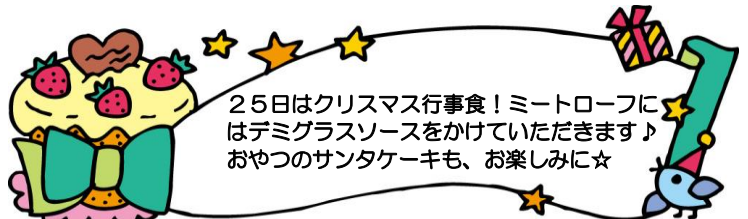
子どもはどんな時でも「親から褒められたい・評価されたい」という想いを持っているため、怒られたりただだらだらと食事をするよりも「頑張って食べたね！」と言われた方が一生懸命食べる気持ちになれるのです。

### NG言葉をOK言葉に言い換えてみましょう！

★「せっかく作ったのに、なんで食べないの？」  
→「お母さんが一生懸命作ったから、食べてくれたらすごく嬉しいな」

★「野菜を食べないと、病気になるよ！」  
→「野菜を食べたら、仮面ライダーみたいに強く元気になれるよ」

★「また、残してる！」  
→「〇〇は食べられたね！すごい！」



25日はクリスマス行事食！ミートローフにはデミグラスソースをかけていただきます♪おやつサンタケーキも、お楽しみに☆