

予定献立表・幼児食



ハッピーちやいど保育園

Table with columns for Day (曜日), Month (月), and Day of Week (日). Days 1-7 are labeled 土, 日, 月, 火, 水, 木, 金. Days 8-15 are labeled 土, 日, 月, 火, 水, 木, 金. Days 16-22 are labeled 土, 日, 月, 火, 水, 木, 金. Days 23-29 are labeled 土, 日, 月, 火, 水, 木, 金.

今年も梅雨の時期がやってきました。この時期は気温の急化も著しく、いつも元気が子ども運も体がだるく感じたり食欲がなくなったりと体調を崩しやすい季節です。毎日元気にご過ごすためにも、日々の手洗いやうがいをお心がけていきましょう！

食中毒に注意！

食中毒は6月～10月にかけて多く発生します。食中毒の予防や正しい調理法が重要になってきます。食中毒でもお心の注意をはらっていただきます。食中毒でも、食中毒にならないように気を付けてください！



【食中毒予防の3原則】

手を洗いなさい！ 調理器具、材料をしっかりと洗いなさい！ 調理したものはすぐ食べる。調理したものはすぐ食べる！

Main menu table for days 3-15. Columns include Day (日), Dish Name (お菓子), and Nutritional Information (kcal, protein, etc.).

Main menu table for days 16-29. Columns include Day (日), Dish Name (お菓子), and Nutritional Information (kcal, protein, etc.).

よく噛んでいいこといっぱい！

よく噛むことで消化がすすむので、よく噛んで食べてください。消化を助けます。食べ過ぎを防いで肥満予防に。味覚が自然の味に近づきます。歯の発達を促し、歯並びがよくなります。腸が発達します。



味わってよく噛む習慣をつけましょう。咀嚼力や消化力は、人間が生まれてからの学習によって発達し、身につけていくものです。咀嚼力や消化力は、身体全体の発達に大きく関係しています。よく噛むことで、身体全体の発達に大きく関係しています。よく噛むことで、生活習慣として、よく噛む習慣を身につけることができます。