



食事をおいしく楽しくするマナー

食事マナーというと、堅苦しいものや、決めごとが多いと考えていませんか？
本来、食事マナーとは、人に迷惑をかけずにみんなが楽しく食事をするためのものです。
だから、堅苦しく考えるのではなく、「食事をより楽しむための近道」と思いましょう。



また、食事マナーの基本を覚えると、食事をスムーズにすすめることができます。
こどものうちに基本をマスターしておくとおとなになってからも応用ができますし、マナーを知らずに恥ずかしい思いをしなくて済みます。

☆食事マナーを見直してみよう。

- ①食卓にひじをついていませんか。
- ②背中がまっすぐのびていますか。
- ③くちやくちやと音を立てないで食べていますか。
- ④スプーンやはし、食器をきちんと持っていますか。
- ⑤食べ物を粗末にしていませんか。
- ⑥ながら食べ(テレビを見ながら食べる等)をしていませんか。



マナークイズ

上の配せんで間違っているものを3つあげましょう

答え (1)はのおき方 (2)ごはん汁物の位置が逆 (3)魚の向きが逆

5歳児クラスのリクエストメニュー

卒園前の保育所・こども園での食事の思い出作りになればと思い、毎年、5歳児クラスの皆さんから献立のリクエストを募っています。
今年の各園から出されたリクエストは 下記の通りです。



- 【第1保育所】
- ① チキンナゲット
 - ② 鶏のから揚げ
 - ③ カレーライス
 - ④ フライドポテト
 - ⑤ ハヤシライス

- 道明寺こども園
【第2保育所】
- ① スイートポテト
 - ② おふラスク
 - ③ カツカレー
 - ④ チキンナゲット
 - ⑤ 揚げ納豆

- 道明寺こども園
【道明寺幼稚園】
- ① えびの天ぷら
 - ② 豚肉のりんごソース煮
 - ③ カツカレー
 - ④ 弁当(おにぎり・唐揚げ・お浸し・さつまいも・りんご)
 - ⑤ 納豆のかき揚げ
 - ⑥ ラーメン

- 【第3保育所】
- ① フライドポテト
 - ② カレーライス
 - ③ スイートポテト
 - ④ ホットケーキ
 - ⑤ チキンナゲット

- 【第4保育所】
- ① エビフライカレー
 - ② 揚げ納豆
 - ③ バナナのカップケーキ
 - ④ たこ焼き風
 - ⑤ 鶏のから揚げ

- 【第5保育所】
- ① チキンバーガー
 - ② たこ焼き風
 - ③ スイートポテト
 - ④ ドライカレー
 - ⑤ 豆腐グラタン

- 【第6保育所】
- ① カツカレー
 - ② バナナのカップケーキ
 - ③ えびフライ
 - ④ 揚げごぼう
 - ⑤ 鶏のから揚げ

リクエストメニューは、1・2・3月の献立に取り入れています。毎月お配りしている“こんだてだより”に★印をつけています。
5歳児の皆さん、リクエストありがとう！ 楽しみにしててくださいね。