

月	火	水	木	金
	<p>はしのもちかたレッスン</p>  <p>上のはしはえんぴつをもつように3ほんのゆびでもちます。</p> <p>下のはしはおやゆびのつけねでつかんで、くすりゆびにのせて、ささえるようにもちます。</p>  <p>おもにうごかすのは上のはしです。</p> <p>ただしはしのもちかたで、しせよく食べているすがたは、美しくてかっこいいのです！ みなさん、すてきな「食べすがた」をめざしてがんばりましょう！</p> 			
6	7 牛乳 こどもの日 献立 たけのこごはん 吉野汁 かつおの竜田揚げ わかめとツナのあえもの かしわもち	8 牛乳 麦ごはん なめこ汁 ぶた丼 即席漬け	9 牛乳 ナン レタスとトマトのスープ キーマカレー レモンあえ	10 牛乳 麦ごはん かみなり汁 ちくわのかば揚げ かみかみサラダ
13 牛乳 キムタクごはん ポテトスープ 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ	14 牛乳 麦ごはん みそ汁 かじきとポテトのスタミナ揚げ ごま酢あえ	15 牛乳 麦ごはん ワンタンスープ えびと鶏のチリソース ごぼうサラダ 青うめゼリー	16 牛乳 切り込み丸パン コーンスープ ハムカツ えだまめサラダ	17 牛乳 麦ごはん けんちん汁 さばのカレー焼き 大豆のサラダ
20 牛乳 麦ごはん わかめスープ チキンカツマトソース ブロッコリーサラダ	21 牛乳 麦ごはん ごまキムチ汁 山菜の旨煮 ひじきのサラダ まつもとの日 献立	22 牛乳 麦ごはん 沢煮椀 信田煮 もやしのからしあえ	23 牛乳 きなこ揚げパン オニオンスープ ビーフン炒め コールスロー さけるチーズ	24 牛乳 かた焼きそば 中華あんかけ しゅうまい バンバンジーサラダ 小2コ 中3コ
27 牛乳 麦ごはん 四川スープ 油淋鶏 しゃきしゃきポテトサラダ	28 牛乳 麦ごはん さつま汁 いかの照焼カレー風味 コンコンサラダ かみかみ 献立	29 牛乳 麦ごはん 豆腐のスープ チンジャオロース はるさめサラダ	30 牛乳 ミニコッペパン 白菜とベーコンのスープ アスパラとパンネのクリーム煮 大根とホタテのサラダ マーシャルビーンズ	31 牛乳 わかめごはん 紅白玉入れスープ メンチカツ シーザーサラダ 運動会応援 献立

都合により献立が変更になることがあります。

まちがったはしのもちかた
どこがちがうかな？

もちかたがきれいになると
細かなものもつかみやすく
食べ物をきりわけて
ひと口大にすることも
かんたんにできます。



上のはしを
4ほんのゆびで
もっていますよ！



はしがクロスして
「X」のよう
になっていますね。



ひとさしゆびが
はしをつかんで
いないですね。

