



# 5がつのこんだてひょう



## 今月の目標

スプーンやフォークを  
使って食べよう(0～2歳児)  
食器の正しい並べ方を知ろう  
(3～5歳児)



スプーンやフォークの使い方について、年齢に応じた声掛けをしたり、職員が手本となったりしながら伝えていきます。食器の正しい並べ方も、写真や絵などを使って子どもたちが分かりやすいように知らせ、自分で正しく並べられるように働きかけていきます。一人一人の様子に合わせて進めていきたいと思っています。



## おすすめレシピ <車麩のラスク>



### ●材料 (6個分)

車麩 6個  
揚げ油 適量  
きな粉 大さじ2  
砂糖 大さじ2  
塩 ひとつまみ

### ●作り方

①車麩はそのまま半分に切る。  
②油できつね色になるまで揚げる。  
③きな粉、砂糖、塩を混ぜ合わせる。  
④揚げた車麩に③をまぶす。

☆は新作メニューです

令和元年 中部保育所

月	火	水	木	金
<b>6 振替休日</b> よもぎ団子のおかわりの様子 遊戯室は行列でしたよ！ 	<b>7</b> (午前のおやつ0.1.2歳児) かわちばんかん パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきのサラダ 油揚げのみそ汁 焼きビーフン パスチャライズ牛乳	<b>8 こどもの日献立</b> チーズ お茶 こいのぼり寿司 こいのぼりバーグ 春キャベツの炒め物 しじみのすまし汁 みかん(なつみ) クッキー 牛乳	<b>9</b> 煮昆布 牛乳 ごはん 肉じゃが ブロッコリーのごま和え わかめのみそ汁 チキンライス 牛乳	<b>10</b> きな粉豆 牛乳 ごはん 魚の南蛮漬け きんぴらごぼう そうめん汁 炒り玄米おにぎり 牛乳
<b>13</b> かりかりいりこ パスチャライズ牛乳 ごはん 厚焼き卵 春雨の酢の物 麩のみそ汁 牛しぐれおにぎり パスチャライズ牛乳	<b>14</b> ゆでスナッペンどう 牛乳 ごはん さばのみそ煮 納豆和え えのきのすまし汁 鶏そぼろおにぎり 牛乳	<b>15 誕生会</b> きな粉マカロニ 牛乳 グリンピースごはん とんかつ 野菜のシーザードレッシングかけ コンソメスープ みかん(なつみ) 豆乳ムースいちごソースかけ お茶	<b>16</b> ブルーベリーヨーグルト お茶 ごはん 魚のごまみそ焼き 切干大根の煮物 なめこ汁 豆腐ドーナツ 牛乳	<b>17</b> みたらし団子 お茶 ジャージャー麺 まめなサラダ にらたま汁 かわちばんかん ごまチャーハン ゆでスナッペンどう・牛乳
<b>20</b> みかん(なつみ) パスチャライズ牛乳 ごはん 揚げレバーの ごまソースがらめ 和風サラダ じゃが芋のみそ汁 あさりしぐれおにぎり パスチャライズ牛乳	<b>21</b> クッキー お茶 ごはん 豚肉と厚揚げの中華煮 ほうれん草のコーン和え もやしのスープ じゃが芋もち 牛乳	<b>22</b> 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん 鮭のムニエル そら豆と新玉ねぎのサラダ アスパラのスープ りんご もちもちふきおにぎり 牛乳	<b>23</b> かりかりいりこ 牛乳 ごはん 筑前煮 おからサラダ しめじのみそ汁 夏みかん わかめおにぎり 牛乳	<b>24 わいわいクラブカフェ</b> 粉ふき芋 牛乳 五穀ごはん 魚の塩こうじ焼き 野菜の みそドレッシング和え 鶏ごぼう汁 抹茶の豆乳蒸しパン 牛乳
<b>27</b> 麩の黒糖がらめ お茶 ごはん 鶏肉の和風ピカタ あらめの炒め煮 豆乳入りみそ汁 りんご 黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳	<b>28</b> ボイルアスパラ 牛乳 ごはん さばの塩焼き ブロッコリーのおかか煮 厚揚げのみそ汁 ひじき入り炊き込みごはん 牛乳	<b>29</b> 煮豆(金時豆) お茶 ごはん タンドリーチキン コールスローサラダ ごぼうのクリームスープ ☆車麩のラスク 牛乳	<b>30</b> 野菜クラッカー お茶 三色丼 こんぶとキャベツの 中華風ごまだれ 粉ふき芋 夏みかん じゃこおにぎり 牛乳	<b>31</b> ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん 豆腐ナゲット スナッペンどうの おかか和え 春雨スープ のりおにぎり 牛乳



## たけのこの「えぐみ」を体験しました



先月は、きりん組とばんだ組の子どもたちが、給食で使うたけのこの皮はぎのお手伝いをしてくれました。おやつ時間に、たけのこが掲載されたポスターを持っていくと「たけのこは山にあるが」「家で食べたことある」とたくさんの声があがりました。「えぐみ」のことを聞くと、初めて聞く様子の子どもたちでしたが、実際にその味を味わってみることにしました。

少しえぐみが残るように煮ただけのこを食べると、「おいしくなーい」という声とともに、その味に何とも言えない表情をしていました。次に、えぐみのないたけのこを食べると「こっちはおいしい！」と言って、同じたけのこでも、味が違うことに不思議そうでした。

これからも子どもたちに、色々な味(味覚)を体験してもらい、旬の時期の食材が一番おいしいことも伝えていきたいと思っています。



## よもぎ団子を作りました！(うさぎ・ばんだ・きりん組)

うさぎ・ばんだ・きりん組が散歩のときに摘んできたよもぎを使って、よもぎ団子を作りました。ゆでたよもぎをすり鉢ですると、よもぎの香りが広がり「よもぎにおいがする～」「いいにおいだね」と言いながら、友だちと協力して、力を込めてすりつぶしました。白玉粉に混ぜるときれいな緑色になり、子どもたちは上手に団子を丸めていましたよ。おやつ時間に子どもたちの目の前でゆで、春の匂いを感じながらクッキングを楽しみました。



上手にころころ丸めたよ！

いいにおいがしてきた～

