



9がつのこんだてひょう



今月の目標
**茶碗や皿を
 持って食べよう**

楽しく美味しく食事をするには、食事のマナーを身につけることが大切です。茶碗や皿を胸の位置で持って食べると、背筋が伸びやすくなり、正しい姿勢で食べることができます。保育所では、職員がお手本となって食べるところを見せたり、写真やポスターを使って話をしたりし、正しい持ち方で食べられるようにしていきたいと思います。

正しい姿勢
 と持ち方



今年のお月見は9月13日です。
 中秋の名月・十五夜とも呼ばれ、
 里芋などをお供えすることから「芋
 名月」とも呼ばれます。月見団子
 やススキ、里芋などをお供えて
 月を眺め、収穫をお祝いする行事
 です。

☆青字は、新メニューです

令和元年 中部保育所

月	火	水	木	金
2 (午前のおやつ0.1.2歳児) 麩の青のリスナック パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き りっちゃんサラダ なめこ汁 ふりかけおにぎり パスチャライズ牛乳	3 一日保育士 ひじきクッキー 牛乳 ごはん 揚げ鶏と夏野菜の甘酢炒め きゅうりの中華漬け しじみ汁 ひやしぜんざい お茶	4 マカロニきな粉 お茶 ごはん 鮭のクリームコーン焼き 大豆とわかめの梅サラダ とうがん汁 なし(幸水) 炒り玄米おにぎり 牛乳	5 煮豆 牛乳 ごはん なすとトマトのチーズ焼き ひじきの煮物 かぼちゃのみそ汁 豆腐ドーナツ 牛乳	6 ☆かぼちゃとさつま芋のおやき お茶 ごはん 魚のみそマヨ焼き 春雨の酢の物 鶏ごぼう汁 ぶどう(巨峰) あさりしぐれおにぎり 牛乳
9 チーズ お茶 ごはん 鶏肉の梅だれ和え あらめの炒め煮 豆腐のみそ汁 焼きおにぎり パスチャライズ牛乳	10 ぱりぱりせんべい 牛乳 肉みそうどん 煮豆 小松菜のコーン和え なし(幸水) ツナしょうがおにぎり 牛乳	11 豆乳スープ お茶 ごはん 魚の塩焼き 切干大根のサラダ 具だくさんみそ汁 ☆チヂミ 牛乳	12 アスパラのおかか和え 牛乳 ごはん 豚肉の甘だれ炒め キャベツのごま和え えのきのみそ汁 じゃこおにぎり 牛乳	13 お月見献立 きな粉豆 牛乳 ゆうやけごはん 魚のホイル包み焼き さといもの煮物 月見のとろろスープ りんご みたらし団子 牛乳
16 敬老の日 	17 煮昆布 お茶 ハヤシライス マセドアンサラダ なし(20世紀なし) 豆乳あべかわ お茶	18 一日保育士 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん 魚のごまごま竜田 キャベツとえのきの 磯香和え 小松菜のみそ汁 昆布ごはん 牛乳	19 弁当の日 ブルーベリーヨーグルト お茶  おはぎ お茶	20 誕生会 煮豆 お茶 ごはん とんかつ カラフルサラダ (ドレッシングセレクト) あさり汁 シャインマスカット ☆なしのコンポートケーキ 牛乳
23 秋分の日 	24 わいわいクラブカフェ りんご パスチャライズ牛乳 ごはん ぎせい豆腐 はりはりなます 油揚げのみそ汁 ヨーグルトスコーン パスチャライズ牛乳	25 野菜クラッカー 牛乳 ごはん 厚揚げの 肉みそチーズ焼き ひじきのマリネ きのこ汁 新米塩おにぎり 牛乳	26 粉ふき芋 お茶 ごはん 魚のねぎソース おからサラダ そうめん汁 パエリア風ごはん 牛乳	27 かりかりいりこ 牛乳 ごはん 鶏肉の照り焼き風 高野豆腐のごま和え トマ玉汁 なし(豊水) 焼きビーフン 牛乳

30
 麩の黒糖がらめ
 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
 小松菜の和え物
 厚揚げのみそ汁
 レタスチャーハン
 パスチャライズ牛乳

「手作りみそ」が完成しました！！

5月にばんだ組ときりん組の子どもたちが作った「手作りみそ」が完成しました。子どもたちは定期的にみそチェックをし、色や匂いの変化を見ながら、出来上がるのを楽しみにしていましたよ。
 みそが出来たら「みそ汁が作りたい！」と話していたので、先日、給食の具だくさん汁のクッキングをしました。包丁を使うことにも慣れてきて、上手に野菜を切っていましたよ。鍋にみそを入ると、「いい匂いがする～」と話していた子どもたち。「おいしいね」「あまいね」と言いながら、味わって食べました。
 今後も「手作りみそ」を使って給食を作ったり、クッキングをしたりする予定です。お楽しみに！

ねこの手で切るよ



みその匂いがする～

おいしい～♪



食育活動～朝ごはんを食べよう～

うさぎ組・ばんだ組・きりん組の子どもたちに、ポスターや紙芝居を使って、朝ごはんの大切さについての話をしました。

まず、どんな朝ごはんを食べてきたのか子どもたちに尋ねると、「ごはんのみそ汁だった」「パンだけだった」などと話しをしてくれました。そこで、朝ごはんをバランスよく食べると身体に3つのスイッチが入って、保育所で元気に遊べたり、朝いいうちが出ることを子どもたちに伝えました。

先日から玄関にポスターを掲示していますので、お子さんと一緒に見てくださいね。



完成したみそです！