



2がつのこんだてひょう



<今月の目標>

- なんでもおいしく食べよう
- 感謝して食べよう
(うさぎ・ぱんだ・きりん組)

今年度も残すところあと2か月になりました。子どもたちは、畑での栽培やクッキング、野菜の皮むきなどのお手伝いを通して食材に触れる経験をし、食べものに興味を持ったり、色々なものが食べられるようになりました。今月もお手伝いやクッキングを通して食材に触れられるようにしたり、バランス良く食べることの大切さを伝えたりしていきたいと思います。

また、食事ができるまでにはたくさんの人が関わっていることや、生き物の命や自然の恵みをいただいていることも、ポスターや絵本を使って分かりやすく伝えていきます。

★は年長児希望献立です。 青字は新メニューです。

令和2年 中部保育所

月	火	水	木	金
3 豆まき会 (午前おやつ0.1.2歳児) ふかし芋・パスタライズ牛乳 黒米ごはん 魚のかば焼き 茶碗蒸し 白菜の昆布和え 大根のみそ汁 りんかけ大豆 パスタライズ牛乳	4 煮昆布 牛乳 ★五目ラーメン れんこんと 鶏そぼろの甘辛煮 小松菜のおかか和え りんご さばのそぼろおにぎり 牛乳	5 チーズ お茶 ごはん ★揚げレバーのケチャップ和え おからサラダ キャベツの煮物 豆腐と卵のすまし汁 炒り玄米おにぎり お茶	6 ココアクッキー お茶 ごはん 魚の照り焼き ほうれん草のおひたし 五目汁 ぼんかん わかめおにぎり 牛乳	7 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳 ごはん ポークビーンズ れんこんステーキ キャベツと春菊の和え物 わかめスープ かぼちゃおやき 牛乳
10 麩の黒糖がらめ パスタライズ牛乳 ごはん 高野豆腐の唐揚げ 切干大根の甘酢和え 小松菜のじゃこ炒め 鶏ごぼう汁 黒豆おにぎり パスタライズ牛乳	11 建国記念日 <節分(2月3日)とは> 季節の節を分けるという意味の節分には、豆まきをして邪気を払い、1年の無病息災を願います。また、年齢の数だけ豆を食べると「健康(まめ)になる」という意味もあります。 3日の午後のおやつは、平田に伝わる郷土料理「りんかけ大豆」を食べますよ。	12 きな粉かぼちゃ お茶 ごはん ★魚のコーンマヨ焼き 春雨の酢の物 こんにゃくの炒め物 麩のみそ汁 牛しぐれおにぎり 牛乳	13 煮豆(金時豆) 牛乳 麦入りごはん ★カレイのから揚げ 大根の煮物 厚揚げのみそ汁 りんご さつま芋蒸しパン 牛乳	14 クッキング (うさぎ・ぱんだ・きりん組) さつま芋のオレンジ煮 牛乳 ごはん ★ぎょうざ ばんさんすう チンゲン菜のスープ はるみオレンジ ★お楽しみクッキー 牛乳
17 りんご パスタライズ牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ 里芋の煮物 白菜のみそ汁 のりおにぎり・かりかりいりこ パスタライズ牛乳	18 人参ブリッツ 牛乳 ごはん はたはたの丸干し ごぼうサラダ 小松菜のコーン和え 南瓜のみそ汁 ぼんかん じゃこと春菊のチャーハン 牛乳	19 わいわいクラブカフェ きな粉マカロニ 牛乳 ごはん 鶏肉の和風ピカタ あらめの炒め煮 神在ねぎのみそがらめ ★そうめん汁 大学芋 牛乳	20 弁当の日 豆乳スープ お茶 どんぶり 牛乳	21 誕生会 かりかりいりこ 牛乳 ★ドライカレー ★カラフルサラダ ベイクドポテト フルーツヨーグルト チーズケーキ お茶
24 振替休日 修了に向けて、2・3月の献立に平田保育会5施設の年長児の希望献立を取り入れています。 お楽しみに！	25 野菜クラッカー お茶 ごはん 牛肉とブロッコリーのオイマヨ炒め りっちゃんサラダ あさりのみそ汁 りんご ツナしょうがおにぎり パスタライズ牛乳	26 粉ふき芋 お茶 ごはん 白菜のミルフィーユ蒸し ポイル野菜(みそマヨ添え) ★納豆和え 里芋のみそ汁 小松菜と豚肉の混ぜごはん 牛乳	27 みたらし団子 お茶 三色どんぶり ★マカロニサラダ 煮豆(金時豆) きのこ汁 はるみオレンジ カルシウムたっぷりかりんとう お茶	28 ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん 魚の塩こうじ焼き はりはりなます ごぼうと人参のみそじゃが和え なめこ汁 ポン・デ・抹茶 牛乳



<箸を使って遊んでいます>

<上手に箸やフォークを持てるかな?>

りす・うさぎ・ぱんだ・きりん組の子どもたちが、おはしマンと一緒に箸やフォークの持ち方の練習をしました。「こうやって持つ?」と、持ち方を確認してもらいながら、真剣な表情で練習していましたよ。

その後、給食の時間に「こうだったっけ?」「見て見て」と、箸やフォークを上手に持って見せてくれる姿もあります。

保育所では、箸を使った遊びを取り入れたり、職員がお手本になったりしながら、少しずつ正しい持ち方が身に付くようにしています。ご家庭でも、おさんの持ち方を確認してあげてくださいね。



<おはしマンと一緒に練習しています>



<すもう大会、がんばったね!>

1月24日(金)は、すもう大会の千秋楽の日だったので、献立にちゃんこ鍋を取り入れ、土鍋に盛り付けて食べました。みんなで鍋を囲んで食べられるように土鍋の数を用意し、「すもう大会頑張ったが」「家でも鍋したよ」などと会話をしながら、楽しい雰囲気でお楽しみました。

かいっぱいすもうを取った後のちゃんこ鍋は、格別だったと思います。おかわりをして、お腹いっぱい食べる子どもたちでした。

