



10がつのこんだてひょう



平成29年 中部保育所

月	火	水	木	金
2 (午前のおやつ1.2歳児) 麩の黒糖がらめ・パスチャライズ牛乳 ごはん 焼き鶏風 ひじきのソテー なすのみそ汁 梨(豊水) いかの炊き込みおにぎり パスチャライズ牛乳	3 煮昆布・牛乳 ごはん 揚げ豆腐の 和風あんかけ れんこんの梅マヨ和え あさり汁 ココアクッキー 牛乳	4 お月見献立 うさぎ組クッキング 大根のおかか和え・牛乳 ゆうやけごはん 魚のホイル包み焼き 里芋の煮物 月見のとろろスープ みたらし団子 牛乳	5 一日保育士 煮豆・お茶 ミートスパゲティー フレンチサラダ フルーツヨーグルト あさりのしぐれおにぎり 牛乳	6 蒸しかぼちゃ・牛乳 栗ごはん 魚の塩こうじ焼き ほうれん草の 彩り和え 呉汁 お焼きごはん 牛乳
9 体育の日 	10 ふかし芋 牛乳 ごはん 高野豆腐の揚げ煮 キャベツのカレー炒め はんぺん汁 りんご ☆あんかけごはん お茶	11 ぱりぱりせんべい パスチャライズ牛乳 ごはん 魚の変わり焼き おからの炒り煮 切干大根のみそ汁 柿(西条柿) わかめおにぎり パスチャライズ牛乳	12 きな粉豆 牛乳 麦入りごはん きのこマカロニグラタン グリーンサラダ さつま芋のスープ 韓国風おにぎり お茶	13 野菜クラッカー 牛乳 ごはん かれいのから揚げ 大豆入り五目和え しじみのみそ汁 塩おにぎり 牛乳
16 かりかりいりこ パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉のマーメレード焼き ばんさんすう 生揚げのみそ汁 ☆マカロニあられ パスチャライズ牛乳	17 ぱんだ組クッキング 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん 魚の梅みそ焼き ☆切り干し大根の ソース炒め 五目汁 さつま芋パン 牛乳	18 きな粉かぼちゃ 牛乳 菜飯 五目卵焼き 納豆和え 大根のみそ汁 昆布ごはん 牛乳	19 弁当の日 煮昆布 牛乳  果物盛り合わせ お茶	20 誕生会 チーズ お茶 カレーピラフ 鶏肉の唐揚げ エビフライ ごまドレサラダ わかめスープ/メロン さつま芋のブラウニー 牛乳
23 りんご パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き はりはりなます 豆腐のみそ汁 さばのそぼろおにぎり パスチャライズ牛乳	24 ぱんだ組クッキング 豆乳スープ お茶 雑穀ごはん 魚の煮付け キャベツの磯香和え かき玉汁 メロン スイートポテト 牛乳	25 かりかりいりこ 牛乳 ごはん 里芋と鶏肉の はちみそ和え 春菊と白菜のごま和え きのこ汁 / 柿(西条柿) 金時豆入りごはん お茶	26 ブロッコリーのおかか和え 牛乳 ごはん 焼きさんま 豚汁 みかん ポップコーン 牛乳	27 きりん組クッキング いちごヨーグルト お茶 中華どんぶり 小松菜のおかか和え 粉ふき芋 牛乳 ホットケーキ お茶
30 ふかし芋 パスチャライズ牛乳 ごはん 揚げレバーの カレーソース和え ひじきの煮物 春雨スープ 茶飯おにぎり パスチャライズ牛乳	31 出雲ぜんざいの日 梨(豊水) 牛乳 ごはん すき焼き風煮 ブロッコリーの おかか和え かぶのみそ汁 ぜんざい・お茶	<今月の目標> 秋の味覚を楽しもう 涼しい季節になりましたね。秋はさんまがたくさんとれ、また、「実りの秋」と言われるように、新米やさつま芋、かきなどの収穫時期です。今月の給食では、秋に旬を迎える食材をたくさん入れています。 また、旬の食材カードを使って今が一番おいしい食べものを子どもたちに伝えます。食材カードは玄関に掲示しますので、送迎時にお子さんと一緒にご覧ください。  26日は、所庭で豚汁を作ったり、さんまを炭火で焼いたり、羽釜で新米を炊いたりします。 2歳児以上は所庭で給食を食べますよ！ ※☆青字が 新作メニューです！		

10月31日は出雲ぜんざいの普及のために、「1031(ぜんざい)」の語呂合わせから「出雲ぜんざいの日」として制定されています。
保育所でもこの日の午後のおやつをぜんざいにしましたよ！

今が一番おいしい食材

新米、さんま、鮭、
里芋、さつま芋、栗、きのこ
なし、かき、りんごなど、
旬の食材を使用します。



平田保育会のホームページに、おすすめレシピを載せています。ぜひご覧ください。

みたらし団子を作ったよ！ (りす組・ことり組)

りす組・ことり組で、みたらし団子のクッキングをしました。りす組は自分たちで、「コロコロ」と言いながら上手に団子を丸めることができました。ことり組は目の前で団子をゆでる様子を見ながら、「踊ってるよー！」と声を上げて大喜びでした。「あまいね」「OOちゃんたちが作ったが」と、うれしそうに友だち同士で話しをしながら味わいましたよ。



りす組



ことり組

