



11がつのこんだてひょう



＜今月の目標＞

〇食べ物の名前を知ろう
(0～3歳児)

〇食べ物の名前や働きを知ろう
(4・5歳児)

肌寒い季節になり、ますます秋が深まってきました。今月は、きのこやさつま芋、柿などの旬の食材を給食にたくさん取り入れています。子どもたちは、野菜の皮むきや種取りのお手伝い、食材展示を通して色々な食材に触れる中で、だんだんと名前が分かるようになってきました。今月も引き続き、いろいろな食材に触れる体験をしていきたいと思います。また、ぱんだ組ときりん組は、食べ物の働きについて、調理担当者がポスターや食材のカードを使って分かりやすく知らせていきたいと思います。

*青字は新メニューです。

令和2年 中部保育所

	火	水	木	金
2 (午前のおやつ0.1.2歳児) いちごヨーグルト・お茶 ごはん 鶏肉のカレー塩こうじ焼き 小松菜のごま和え かぶとツナの和え物 かぼちゃのみそ汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳	3 文化の日 	4 黒ごませんべい 牛乳 ごはん ちゃんちゃん焼き風 切干大根のサラダ 粉ふき芋 はんぺん汁/柿 わかめおにぎり 牛乳	5 かぼちゃとさつま芋のおやき 牛乳 ごはん 魚の照り焼き ★納豆春巻き キャベツの和え物 しめじのみそ汁 ココアクッキー 牛乳	6 さつまいものオレンジ煮 牛乳 親子丼 ごぼうサラダ 大根のから揚げ ブロッコリーの磯香和え きのこの炊き込みごはん 牛乳
9 マカロニきな粉 パスチャライズ牛乳 ごはん 元気レバー ピクルス かぼちゃの煮物 なめこ汁 里の味ごはん パスチャライズ牛乳	10 弁当の日 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 	11 一日保育士 みたらし団子 お茶 ごはん カレー肉じゃが ほうれん草のナムル 湯豆腐 かぶのみそ汁/柿 中華おこわ 牛乳	12 大根のおかか和え 牛乳 ごはん ぎょうざ カリフラワーの中華和え 納豆和え チンゲン菜のスープ パエリア風ごはん 牛乳	13 誕生会(ひもおとし会) かりかりいりこ 牛乳 赤飯 鯛の姿焼き 天ぷら 春雨の酢の物 花魁のすまし汁/りんご 梨のチーズケーキ お茶
16 ココアクッキー お茶 ごはん ぎせい豆腐 ひじきのマリネ 焼きパプリカ 白菜のみそ汁 昆布ごはん パスチャライズ牛乳	17 煮昆布 牛乳 麦ごはん 里芋の肉みそグラタン 柿ドレッシングのサラダ きのこのソテー そうめん汁 ポン・デ・抹茶 ミックスジュース	18 クッキング (ことり・ぱんだ・きりん組) 豆乳スープ お茶 ごはん 魚の煮つけ 高野豆腐の揚げ煮 小松菜と切り干し大根の和え物 油揚げのみそ汁/柿 芋つけ団子 お茶	19 きな粉豆 牛乳 ごはん 魚の塩こうじ焼き ほうれん草の和え物 ★れんこんごまマヨサラダ 芋煮汁 梅かつおおにぎり 牛乳	20 ぱりぱりせんべい 牛乳 五目うどん かき揚げ 白菜と春菊のおかか和え ブロッコリーのカレーマヨ炒め みかん あさりしぐれおにぎり 牛乳
23 勤労感謝の日 	24 和食の日 チーズ お茶 ごはん 厚焼き卵 小松菜のおかか和え 長芋のフライドポテト 豆腐のみそ汁 ヨーグルトスコーン パスチャライズ牛乳	25 麩の青のりスナック 牛乳 ごはん 鮭のマヨネーズ焼き あらめの煮物 大根の浅漬け 豆乳入りみそ汁/りんご 黒米おにぎり 牛乳	26 煮豆 牛乳 ごはん ★鶏肉の柿ジャム焼き ブロッコリーのサラダ ごぼうの揚げ煮 コンソメスープ/ラフランス とろとろかぶのあんかけご飯 お茶	27 クッキング(うさぎ組) 野菜クラッカー 牛乳 ごはん ししゃもの磯辺揚げ 大豆の煮物 もやしのごま酢和え あさり汁 スイートポテト 牛乳

30
麩の黒糖がらめ
パスチャライズ牛乳
ごはん
豚肉のしょうが焼き
白和え
ボイル野菜のごまドレッシングかけ
しじみのみそ汁
炒り玄米おにぎり/かりんとう
パスチャライズ牛乳



さんま焼きをしました！



10月14日に、所庭でさんま焼きと羽釜ごはん炊きをしました。うさぎ・ぱんだ・きりん組の子どもたちは、さんまを一人一尾ずつ洗い、「なんかうなぎみたい」「ぬるぬるする」と言って、ひれを広げてみたり、感触を楽しんだりしていました。お米はきりん組が洗い、羽釜で炊ける様子をじっと見て、「湯気が出てきた」「ぱちぱち音がする」と、興味津々でした。

この日は、りす組以上のクラスが所庭で給食を食べ、炊きたての羽釜ごはんや焼きたてのさんま、具だくさんの豚汁など、秋の味覚を味わいました。

両手で上手に丸めています♪



はやくたべたいな～



さんまの骨とれたよ



お月見団子を作りました(いす組)

お月見献立の日に団子のクッキングをしました。保育士が団子をこねた後、子どもたちと一緒に丸めていきました。「ころころ」と言いながら、かわいい団子がたくさん出来ましたよ。午後のおやつ時間に子どもたちの前でゆでると、「ぶくぶくしてる」「早く食べたい!」と言いながら、じっと見てた子どもたち。ゆでたての団子にはみたらしのたれをかけて食べ、「おいしい!」「おかわりする!」と言ってあっという間に完食しました。

また、玄関にはススキやアケビ、栗などのお供えをして、お月見の雰囲気を楽しみました。



11月24日は「和食の日」です

和食文化の大切さを再認識するきっかけになるよう、11月24日は「いい日本食」のごろ合わせから、「和食の日」とされました。保育所でも、子どもたちに和食の良さを伝えたり、目の前でだしをとる体験をしたりします。