



1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正しく持って食べよう (0~2歳児)
- 箸を正しく持って食べよう (3~5歳児)

明けましておめでとうございます。お正月休みが終わり、新たな1年が始まりました。規則正しい生活を心がけ、しっかりと食べて元気に過ごしましょう。

今月は、スプーンやフォーク、箸を正しく持って食べられるよう、職員が手本となって持ち方を知らせたり、箸を使った遊びを取り入れ、正しい持ち方を意識できるようにしたり、お箸マンの劇を見たりして、楽しみながら身につけられるようにしていきたいと思ひます。

令和3年 中部保育所

月	火	水	木	金
4 年始休所  今年も子どもたちの健やかな成長を願い、心を込めて食事作りをしていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひします。	5 (午前のおやつ0. 1. 2歳児) かりかりいりこ・パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のマーマレード焼き ひじきとツナのサラダ 大根の即席漬け 豆腐のすまし汁 みかん 梅かつおおにぎり パスチャライズ牛乳	6 黒ごませんべい 牛乳 カレーライス コールスローサラダ 焼きブロッコリー りんご 黒ごまだんご 牛乳	7 麩の青のリスナック 牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き きんぴらごぼう ほうれん草のおかか和え 豆乳入りみそ汁 七草がゆ お茶	8 正月献立 チーズ お茶 ごはん ぶりの幽庵焼き だて巻き 紅白なます 黒豆 花麩のすまし汁 フルーツきんとん 牛乳
11 成人の日 青字は新メニューです。	12 ぱりぱりせんべい パスチャライズ牛乳 ごはん 厚焼き卵 水菜と切り干し大根のナムル 焼きパプリカ わかめのみそ汁 大豆とじゃこの揚げ煮 パスチャライズ牛乳	13 クッキー お茶 ごはん ぶり大根 春菊と白菜のごま和え 里芋のみそかけ のりふで ぼんかん お焼きごはん 牛乳	14 誕生会 煮昆布 牛乳 ミートスパゲティー フレンチサラダ 焼きれんこん 野菜スープ いよかん アップルケーキ 牛乳	15 一日保育士 ふかし芋 お茶 ごはん 鶏肉のみそバター ホイル焼き おからの炒り煮 小松菜の和え物 しじみのみそ汁 のりおにぎり・かりかりいりこ 牛乳
18 りんご お茶 ごはん 揚げレバーのケチャップ和え あらめの炒め煮 もやしのごま酢和え なめこ汁 赤貝おにぎり パスチャライズ牛乳	19 いちごヨーグルト お茶 雑穀ごはん 魚のカレー塩こうじ焼き れんこんのごまドレ和え きのこのしょうゆ焼き キャベツのみそ汁 ホワイトボール 牛乳	20 きな粉マカロニ 牛乳 ごはん 大豆とえびの甘酢炒め 小松菜のコーン和え こんにゃくの甘辛煮 豚汁 茶飯おにぎり 牛乳	21 かぼちゃとさつま芋のおやき 牛乳 カうどん ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え いよかん 韓国風ごはん 牛乳	22 粉ふき芋 お茶 ごはん さばの塩焼き ほうれん草ののり和え ちゃんこ鍋 ぼんかん 黒糖蒸しパン 牛乳
25 大豆とごまのせんべい お茶 ごはん 松風焼き チンゲン菜のさっと煮 春雨の酢の物 かに汁 炒り玄米おにぎり パスチャライズ牛乳	26 一日保育士 煮豆 お茶 ごはん おでん 里芋のから揚げ 納豆和え 白菜のゆず漬け りんご 五平餅 牛乳	27 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳 ごはん 鶏肉の照り焼き ブロッコリーサラダ ふかし芋 クラムチャウダー 切り干し大根おにぎり お茶	28 弁当の日 麩のココアラスク お茶 黄色のおいもグラタン お茶	29 みたらし団子 牛乳 ごはん 魚のフライ (オーロラソースがけ) 大根サラダ ボイルブロッコリー えのきのみそ汁 野菜クラッカー コーンスープ



クリスマス会でバイキングをしました♪

12月23日のクリスマス会は、子どもたちが楽しみにしていたバイキング給食の日でした。たくさん並んだおかずは、「おいしそう♪」「どれにしようかな?」と目を輝かせていましたよ。「メリークリスマス!」の掛け声で、職員がクラッカーを鳴らし、楽しい雰囲気の中、クリスマスのごちそうを味わいました。

また、おやつのお楽しみクッキーは大きな雪だるまにしたり、ツリーやサンタのイラストに色々な形のクッキーを飾ったりしました。子どもたちは、「わ~かわいい♡」「ハートもあるよ」と大喜びで、あっという間に完食しました♪



おかわりしたよ♪

ピザおいしい!



クリスマスバージョンのお楽しみクッキーです♪



七草がゆのいわれ

春の七草である、「せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」この七草を入れたおかゆを七草がゆといいます。七草がゆは、1年間の無病息災を願って食べる行事食です。正月のごちそうで疲れた胃腸を休ませるのにぴったりですよ。保育所では7日のおやつでいただきます。



白菜ちぎりをしたよ(ことり組)

ことり組の子どもたちは、白菜ちぎりのお手伝いをしました。給食の時間に、ちぎった白菜を使って「白菜の昆布和え」をことり組で作りました。子どもたちは、鍋で茹でたり白菜と昆布を混ぜたりするところを興味津々な様子でじっと見ていました。「食べるひとー!」と聞くと、「はい」と元気よく手を上げ、たくさん食べていましたよ。

