



2がつのこんだてひょう



〈今月の目標〉

- ・何でもおいしく食べよう
- ・感謝して食べよう
(3~5歳児)

今年度も残すところあと2か月になりました。まだまだ寒い日が続きますので、しっかりと食べて元気に過ごしたいですね。

今月は、和やかな雰囲気大切にしながら楽しく食事ができるようにし、また、残さず食べた時の喜びや満足感が得られるようにしたいと思います。そして、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を伝え、感謝の気持ちが持てるようにしていきたいと思います。

★は5歳児希望献立です。青字は新メニューです。

令和3年 中部保育所

月	火	水	木	金
1 (午前のおやつ0. 1. 2歳児) 麩の黒糖がらめ パステライズ牛乳	2 人参プリッツ 牛乳	3 豆まき会 チーズ お茶	4 もちもちおから 牛乳	5 きな粉豆 お茶
ごはん ★揚げレバーの ごまソースがらめ はりはりなます キャベツの煮物 わかめのみそ汁	ごはん 鶏肉のオニオン焼き れんこんの甘辛煮 小松菜のじゃこ炒め 豆腐のすまし汁 いよかん	ごはん 魚のかば焼き 茶碗蒸し 白菜の磯香和え 大根のみそ汁	★五目ラーメン ごぼうサラダ キャベツと春菊の 和え物 りんご	ごはん 魚の照り焼き ほうれん草のおひたし さつま芋の甘煮 五目汁 ぼんかん
のりおにぎり パステライズ牛乳	りんかけ大豆 牛乳	おにまんじゅう 牛乳	★あさりしぐれおにぎり 牛乳	昆布ごはん 牛乳
8 野菜クラッカー パステライズ牛乳	9 煮豆 お茶	10 弁当の日 豆乳スープ お茶	11 建国記念日 ~2月3日は豆まき会~ 午後のおやつ「おにまんじゅう」は、ごっこつしたさつま芋が、おにの角や金棒をイメージしています。お楽しみに♪ 	12 クッキング うさぎ・ぱんだ・きりん組 ふかし芋 牛乳
ごはん 高野豆腐の唐揚げ 春雨の酢の物 ほうれん草のごま和え 鶏ごぼう汁 いよかん	ごはん ★鮭のコーンマヨ焼き こんにゃくの煮物 キャベツときゅうりの 浅漬け 厚揚げのみそ汁	高野豆腐のクリームコロッケ お茶	★そうめん汁 (以上児はうどん汁です) 炒り玄米おにぎり/かりかりいりこ 牛乳	
かぼちゃおやき パステライズ牛乳	わかめおにぎり 牛乳			
15 麩の青のリスナック パステライズ牛乳	16 粉ふき芋 お茶	17 クッキング うさぎ・ぱんだ・きりん組 きな粉マカロニ 牛乳	18 ふれあいデー ぱりぱりせんべい 牛乳	19 誕生会 かりかりいりこ 牛乳
ごはん 魚のさくさく揚げ ★おからサラダ きのこのしょうゆ焼き かぼちゃのみそ汁	ごはん 白菜の重ね蒸し 焼きれんこん 納豆和え なめこ汁	ごはん ★ぎょうざ ばんさんすう 焼きブロッコリー チンゲン菜のスープ	ごはん 魚の塩こうじ焼き きんぴらごぼう 小松菜のおかか和え あさりのみそ汁 はるみオレンジ	★カレーライス エビフライ カラフルサラダ いちご
小松菜と豚肉の混ぜごはん パステライズ牛乳	チキンライス 牛乳	ツナしょうがおにぎり 牛乳	★お好み焼き 牛乳	ガトーショコラ お茶
22 りんご 牛乳	23 天皇誕生日 2・3月の献立には、平田保育会5施設5歳児の希望献立を取り入れています。お楽しみに♪	24 きな粉かぼちゃ パステライズ牛乳 ごはん 魚の煮付け マカロニサラダ 里芋のじゃこ和え 白菜のみそ汁 カルシウムたっぷりかりんとう パステライズ牛乳	25 みたらし団子 お茶 スタミナ納豆丼 煮豆 ひじきのマリネ きのこ汁 はるみオレンジ じゃこど春菊のチャーハン 牛乳	26 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 麦入りごはん かれいのから揚げ 切干大根の甘酢和え 小松菜のコーン和え じゃが芋のみそ汁 牛しぐれおにぎり 牛乳

箸を上手に持てるかな？(うさぎ・ぱんだ・きりん組)

うさぎ・ぱんだ・きりん組の子どもたちが、おはしマンに箸の持ち方を教えてもらいました。「こうやって持つの?」「上手に持てたよ」と、子どもたちは真剣な表情で箸を持っていましたよ。
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、少しずつ正しい箸の持ち方が身につくようにしています。ご家庭でも、お子さんの持ち方を確認してあげてくださいね。



お手伝いをしたよ♪(ぱんだ組)



ぱんだ組で春菊をちぎるお手伝いをしました。ちぎった春菊は翌日、給食のちゃんこ鍋に入れました。「昨日ちぎったのが入ってるね」と、嬉しそうなお子どたちでしたよ。すもう大会で、力いっぱいすもうをとった後のちゃんこ鍋は特別おいしかったようで、おかわりをしてくださる食べていました。

クッキングをしたよ♪(うさぎ・ぱんだ・きりん組)

うさぎ・ぱんだ・きりん組の子どもたちが、おでんのクッキングをしました。
畑で収穫した大根を包丁で切ったり、ゆで卵の殻をむいたりしました。こんにゃくやはんぺんも上手に切っていましたよ。その後、切った具材を大きな鍋に入れて煮込みました。「早く食べたいね」「だしのいい匂いがする」と、でき上がるのが待ち遠しそうでしたよ。
この日は一日保育士の日。おうちの人と一緒に、笑顔で「おいしいね」と食べていましたよ。

