



10がつのこんだてひょう



今月の目標

- ・秋の味覚を楽しもう
- ・箸の正しい持ち方を
知ろう (3~5歳児)

日ごとに涼しくなり、秋の訪れを感じますね。この時期は、「実りの秋」と呼ばれるように、米やさつまいも、柿、栗、きのこなどが美味しい季節です。今月は、そんな秋の味覚をたくさん取り入れた給食やおやつを作ります。また、クラスごとにお部屋で新米を炊いて味わいたいと思います。

箸の持ち方については、職員が手本となって持ち方を知らせ、絵本や紙芝居などを通して分かりやすく伝えていきたいと思っています。

令和4年 中部保育所

月	火	水	木	金
3 (午前のおやつ0・1・2歳児) きな粉マカロニ パスタライズ牛乳	4 野菜クラッカー 牛乳	5 麩の青のリスナック お茶	6 きな粉かぼちゃ お茶	7 みたらし団子 お茶
梅ごはん 高野豆腐のから揚げ 春雨の酢の物 ほうれん草の磯香和え なすのみそ汁 茶飯おにぎり パスタライズ牛乳	ごはん 回鍋肉 れんこんの梅マヨ和え きくらげともやしのナムル はんぺん汁 あさりバターおにぎり 牛乳	ごはん 魚のかば焼き ブロッコリーのごまマヨ和え 里芋のみそかけ 呉汁 小松菜と豚肉の混ぜごはん 牛乳	ツナ麻婆丼 こんぶとキャベツの中華風だれ かぶの即席漬け 春雨スープ シャインマスカット 米粉のドーナツ 牛乳	ごはん 鮭ときのこのおろしかけ 小松菜のおかか和え 煮豆 かぼちゃのみそ汁 ごまチャーハン 牛乳
10 スポーツの日	11 ふかし芋 パスタライズ牛乳	12 きな粉豆 牛乳	13 弁当の日 もちもちおから お茶	14 煮豆 牛乳
	ごはん 鶏肉のオニオンソース あらめの炒め煮 もやしのごま酢和え 厚揚げのみそ汁 黒米おにぎり・かりかりいりこ パスタライズ牛乳	ごはん 鮭とほうれん草のキッシュ ひじきのマリネ ポイルブロッコリー かぶのスープ スイートポテト 牛乳	 焼きおにぎり お茶	ごはん 里芋と鶏肉のはちみそ和え おからサラダ 大根と人参の甘酢和え あさりのすまし汁 えのきわかめおにぎり 牛乳
17 麩の黒糖がらめ パスタライズ牛乳	18 粉ふき芋 牛乳	19 米粉クッキー お茶	20 豆乳スープ お茶	21 かぼちゃとさつまいものおやき 牛乳
ごはん 焼き鶏風 はりはりなます さつまいもの甘煮 まいたけのみそ汁 みかん 牛しぐれおにぎり パスタライズ牛乳	栗ごはん 揚げ豆腐の和風あんかけ キャベツのおかか和え 煮昆布 しじみ汁 さばのそぼろごはん 牛乳	五穀ごはん きのこのマカロニグラタン グリーンサラダ 焼きパプリカ チンゲン菜のスープ 米粉のさつまいも蒸しパン 牛乳	ごはん さばのみそ煮 柿の白和え 大根のしそ和え そうめん汁 中華おこわ 牛乳	ごはん 牛肉とごぼうの甘辛煮 ほうれん草の納豆和え 大根のからあげ 豆腐のみそ汁 チキンライス 牛乳
24 りんご パスタライズ牛乳	25 かりかりいりこ 牛乳	26 誕生会 ぱりぱりせんべい 牛乳	27 煮昆布 牛乳	28 チーズ お茶
ごはん 元気レバー かぼちゃの煮物 キャベツの浅漬け なめこ汁 のりおにぎり パスタライズ牛乳	ごはん ポークビーンズ ごぼうサラダ 小松菜のコーン和え わかめスープ カレーピラフ 牛乳	ガバオライス風 フレンチサラダ 焼きかぼちゃ 野菜スープ メロン お楽しみクッキー 牛乳	ハヤシライス ちりめんサラダ 焼きれんこん 梨 切干大根おにぎり お茶	ごはん 焼きさんま 小松菜の和え物 豚汁 ぶどう しそおにぎり お茶

31
ブルーベリーヨーグルト
お茶

お月見団子を作りました(きりん・りす・ひよこ組)

9月9日お月見献立の日に、団子のクッキングをしました。きりん組とりす組は、保育士が団子をこねた後、一緒に丸めていきましたよ。ひよこ組は、保育士が団子を丸めるところを見ました。そして、午後のおやつ時間にそれぞれお部屋でガラス鍋でゆでると、「くつつして〜」「早く食べたいね」と、できあがるのが待ち遠しい様子の子どもたちでした。

きりん組では、うさぎや団子の絵を描いて飾り、お月見の雰囲気を楽しみながら団子を食べました。



さつまいものホットケーキおいしかったね♪(ことり組)

ことり組では、さつまいも入りの米粉ホットケーキを作りました。保育士がボウルに材料を入れた後、子どもたちと一緒に順番に混ぜていきましたよ。そして、ホットプレートで焼くと、いいにおいが部屋中に広がり、子どもたちは、焼ける様子に興味津々で見っていました。

焼きたてのホットケーキはとてもおいしかったようで、あっという間に完食しました。



食器の並べ方分かるかな?

先月の食育活動では、うさぎ・ぱんだ・きりん組の子どもたちに、食器の正しい並べ方について話をしました。給食の時には、4色に色分けされたランチョンマットを使って食器を並べ、給食を食べましたよ。

子どもたちが使っているランチョンマットです。

