



5がつのこんだてひょう



令和6年中部保育所

月	火	水	木	金
今月の目標 正しい姿勢で食べよう 茶碗や皿を持って食べよう 新年度が始まり1か月が経ちました。子どもたちは給食室をのぞきながら、「いい匂いがする〜」「今日のごはんは何?」と毎日給食を楽しみにしてくれていますよ。 今月は、正しい姿勢や食器の持ち方などをまずは職員が手本となって見せ、写真やイラストなども使って分かりやすく伝えていきます。いい姿勢のポイントは、①いすに深く座り、背筋を伸ばす ②テーブルと体は、こぶし1つ分あける ③両足を床につける です。ご家庭でもお子さんの姿勢を見てあげてくださいね。		1 (午前のおやつ0・1・2歳児) 麩のココアラスク・お茶 ごはん 松風焼き 春雨の酢の物 ブロッコリーのツナ和え ほうれん草のみそ汁 かわちばんかん 米粉のさつま芋蒸しパン 牛乳	2 みそスコーン お茶 ごはん 鶏肉の照り焼き 小松菜と切干大根の和え物 甘辛じゃが芋 豆腐のすまし汁 もちもちふきおにぎり 牛乳	3 憲法記念日 きりん組の子どもたちは、米とぎとごはん炊きをしています♪  升を使って1合ずつ計っています。
6 振替休日  炊飯器に米を入れたら、保育士と一緒に目盛りを確認しながら水を入れています。	7 きな粉マカロニ お茶 ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ いんげんのごま和え 切干大根のみそ汁 しそおにぎり パスチャライズ牛乳	8 子どもの日献立 煮豆 お茶 こいのぼり寿司 魚の照り焼き 春キャベツの和え物 花麩のすまし汁 夏みかん お楽しみクッキー 牛乳	9 蒸しかぼちゃ お茶 ごはん 揚げ豆腐のそぼろあんかけ 彩り和え ごぼうの梅煮 しじみ汁 鮭おにぎり 牛乳	10 黒ごませんべい お茶 ごはん 魚のみそ焼き マカロニサラダ スナッペンどうのおかか和え 五目汁／かわちばんかん 牛しぐれおにぎり 牛乳
13 ぱりぱりせんべい お茶 ごはん 鶏肉のさっぱり焼き あらめの煮物 じゃこきゅうり しめじのみそ汁 和風ツナおにぎり パスチャライズ牛乳	14 麩の黒糖がらめ お茶 ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き きくらげともやしのナムル 粉ふき芋 卵のすまし汁 五平餅 牛乳	15 きな粉豆 お茶 ごはん 魚の塩こうじ焼き きんぴらごぼう 春キャベツの浅漬け 豆乳入りみそ汁 夏みかん わかめおにぎり 牛乳	16 煮昆布 お茶 グリンピースごはん 鶏肉のレモンだれ おからサラダ セロリのきんぴら なめこ汁 新じゃが芋もち 牛乳	17 人参プリッツ お茶 ごはん 魚の塩焼き 昆布とキャベツの中華だれ 煮豆 厚揚げのみそ汁 かわちばんかん 茶飯おにぎり 牛乳
20 野菜クラッカー お茶 ごはん 厚焼き卵 切干大根サラダ 小松菜のコーン和え えのきのみそ汁 のりおにぎり パスチャライズ牛乳	21 かりかりいりこ お茶 ごはん 豆腐ナゲット 春キャベツのサラダ 焼きかぼちゃ 油揚げのみそ汁 ごまチャーハン 牛乳	22 いちごヨーグルト お茶 ごはん 肉じゃが まめなサラダ ブロッコリーの磯香和え はんぺん汁 鶏ごぼうおにぎり 牛乳	23 誕生会 もちもちおから お茶 ハヤシライス フレンチサラダ ゆでスナッペンどう 夏みかん 米粉のケーキ ココアソース／牛乳	24 チーズ お茶 ごはん 魚のフライ チンゲン菜のオイスターソース炒め ブロッコリーのごま和え もやしのみそ汁 かわちばんかん 黒豆おにぎり 牛乳
27 りんご お茶 ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーの和え物 きのこのしょうゆ焼き 豆腐のみそ汁 黒米おにぎり・かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	28 のりごまクッキー お茶 ごはん 魚の衣焼き きゅうりとささみの酢の物 煮昆布 キャベツのみそ汁 夏みかん チキンライス 牛乳	29 豆乳スープ お茶 ツナ麻婆丼 キャベツのしそ和え ボイルそら豆 春雨スープ かわちばんかん ぱりぱりいりこせんべい 牛乳	30 みたらし団子 お茶 五穀ごはん さばのみそ煮 納豆和え 焼きアスパラ わかめのみそ汁 のりじゃこおにぎり 牛乳	31 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん ミートローフ 和風サラダ フライドポテト セロリのスープ 炊き込みごはん 牛乳



給食のお手伝いをしました



普段から子どもたちは、給食で使う食材でお手伝いをしています。先月は、たけのこの皮はぎや、ふきのすじ取りをしました。お手伝いをした後は、「お家でもたけのこを掘ったことがあるよ」「ふきで手が黒くなった」などと話してくれました。給食の時間にお手伝いした食材を見つくと、「昨日やったねー!」と嬉しそうに食べる姿がありますよ。



わかめって大きいね!

若竹汁が給食に出た日に、本物のわかめを子どもたちと見ました。自分たちの背丈より長いわかめを見て、興味津々の子どもたちでしたよ。

※青字は
新メニュー
です♪



すごーい!
ぼくたちより
大きいね!

