



# 11がつのこんだてひょう



令和7年 中部保育所

秋が深まり、朝晩が寒くなってきましたね。先日はさつま芋掘りがあり、今年もたくさん収穫できました。収穫したさつま芋は、給食やおやつに使用したり、クラスでクッキングをしたりします。今年のさつま芋はどんな味か楽しみですね。

月	火	水	木	金
3 文化の日 	4 (午前のおやつ0・1・2歳児) 人参プリツツ/お茶  ※ 青字は新作メニューです。	5 一日保育士 きな粉マカロニ お茶	6 いちごヨーグルト お茶	7 さんま焼き 野菜クラッカー お茶
10 麺の黒糖がらめ お茶	ごはん 揚げレバーのケチャップ和え ほうれん草のナムル きのこの炒め物 豆腐のみそ汁 炒り玄米おにぎり 牛乳	ごはん 鶏肉の磯焼き カリフラワーの中華和え 焼き南瓜 チンゲン菜のスープ 大豆とじゃこの揚げ煮 牛乳	親子丼 ブロッコリーのごま和え れんこんの焼き浸し 白菜のみそ汁 りんご 黒米おにぎり 牛乳	ごはん 焼きさんま 小松菜のコーン和え 豚汁 みかん ひじきおにぎり 牛乳
11 カレークラッカー お茶	12 もちもちおから お茶	13 煮豆 お茶	14 ひもおとし・誕生会 蒸し南瓜 お茶	
ごはん お好み焼き風卵焼き 春雨の酢の物 かぶとツナの和え物 わかめのみそ汁	ごはん 里芋の肉みそグラタン ひじきのマリネ ボイルブロッコリー コンソメスープ	ごはん ちゃんちゃん焼き風 ピクルス 煮昆布 はんぺん汁 ラフランス	ごはん 鶏肉の照り焼き グリーンサラダ (柿ドレッシングかけ) 高野豆腐の煮物 具だくさんみそ汁 カルシウムたっぷりおにぎり 牛乳	赤飯 鯛の塩焼き 天ぷら 彩り和え 花麩のすまし汁 みかん 米粉のりんごケーキ 牛乳
のりおにぎり/かりかりいりこ 牛乳	混ぜいなり寿司 牛乳	鶏そぼろおにぎり 牛乳		
17 麺のココアラスク お茶	18 一日保育士 豆乳スープ お茶	19 弁当の日 黒糖ビスケット お茶	20 みそスコーン お茶	21 和食の日 チーズ お茶
ごはん 鶏肉のバーベキューソース 小松菜と切干大根の和え物 焼きさつま芋 そうめん汁	ごはん 長芋と鶏肉のごつごつ揚げ キャベツの甘酢和え にんじんしりしり なめこ汁		ごはん 肉じゃが 白菜と春菊の和え物 れんこんのマヨサラダ じじみ汁 りんご	ごはん さばの煮付け 納豆和え 揚げごぼう 南瓜のみそ汁 柿
しそおにぎり 牛乳	豚しぐれおにぎり 牛乳	ごま団子 牛乳	昆布ごはん 牛乳	とろとろかぶのあんかけごはん お茶
24 振替休日 11月24日は 『和食の日』です <small>語呂合わせで「いい日本食」=「和食の日」とされています。 保育所では、21日を和食の日とし、和食の献立にしています。 給食で使用している煮干しやかつお節、昆布などのだしを味わったり、和食に関するクイズをしたり、子どもたちに和食の良さを伝えたいと思います。</small>	25 かりかりいりこ お茶	26 ぱりぱりせんべい お茶	27 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	28 煮昆布 お茶
	ごはん 豚肉のみそ漬け焼き あらめの煮物 はりはりなます かぶのすまし汁	麦入りごはん 魚のカレーマヨ焼き キャベツの磯香和え 大根の煮物 厚揚げのみそ汁 りんご	ごはん すき焼き風煮 ブロッコリーのおかか和え 煮豆 柿	ごはん ししゃもの磯辺揚げ パンパンジーサラダ 南瓜の焼き浸し 小松菜のみそ汁
	茶飯おにぎり 牛乳	スイートポテト 牛乳	みそ焼きおにぎり 牛乳	じゃこと春菊のチャーハン 牛乳



○食べ物の名前を知ろう (ひよこ・こどり・りす・うさぎ組)  
○食べ物の名前や働きを知ろう (ぱんだ・きりん組)



今月は、食材展示や食材カード、お手伝いなどを通して食べ物の名前を知らせていきます。また、ぱんだ・きりん組は、ポスターや食レンジャーの絵本を通して、「食べ物がそれぞれの働きごとに赤・黄・緑に分かれており、どんな働きをしているのか」や「バランス良く食べることの大切さ」などを伝えていきたいと思います。

7日は、所庭でさんま焼きや焼き芋もします。畠では、白菜や大根などの冬野菜も大きくなってきました。この季節ならではの食材に触れることで、様々な食材の名前や働きに興味が持てるようにしていきたいと思います。

みんなでごはんを炊きました



くりす組>



<うさぎ組>



<ぱんだ組>



<きりん組>

先月から、ごはんは新米を使用しています。米に親しみ、よりおいしさが分かるよう、こどり組以上の保育室でお米を研いで、炊飯器を使って炊きました。ごはんの炊けるいい匂いが保育室に広がり、給食では炊きたてのごはんの温かさを感じながら嬉しそうに食べていました。きりん組は、4月からごはん炊きの当番活動をしています。米を研ぐ手つきもだんだんうまくなっていますよ。