

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。先日はさつま芋堀りがあり、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が楽しみです。

月	火	水	木	金
3 文化の日  ※ 青字は新作メニューです。	4 (午前のおやつ0・1・2歳児) 人参プリッツ/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	5 一日保育士 きな粉マカロニ お茶 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	6 いちごヨーグルト お茶 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	7 さんま焼き 野菜クラッカー お茶 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
10 麩の黒糖がらめ 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 のりおにぎり/かりかりいりこ 牛乳	11 カレークラッカー お茶 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 混ぜいなり寿司 牛乳	12 もちもちおから お茶 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 鶏そぼろおにぎり 牛乳	13 煮豆 お茶 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 具たくさんみそ汁 カルシウムたっぷりおにぎり 牛乳	14 ひもおとし・誕生会 蒸し南瓜 お茶 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
17 麩のココアラスク 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 しそおにぎり 牛乳	18 一日保育士 豆乳スープ お茶 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 豚しぐれおにぎり 牛乳	19 弁当の日 黒糖ビスケット お茶  ごま団子 牛乳	20 みそスコーン お茶 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 しじみ汁 りんご 昆布ごはん 牛乳	21 和食の日 チーズ お茶 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 とうとう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 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たお節、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し、子どもたちに和食の良さを伝えたいと思います。	25 かりかりいりこ 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 茶飯おにぎり 牛乳	26 ぱりぱりせんべい お茶 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 スイートポテト 牛乳	27 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん すき焼き風煮 ブロッコリーのおかか和え 煮豆 柿 みそ焼きおにぎり 牛乳	28 煮昆布 お茶 ごはん ししゃもの磯辺揚げ バンバンジーサラダ 南瓜の焼き浸し 小松菜のみそ汁 じゃこと春菊のチャーハン 牛乳



今月の目標

- 食べ物の名前を知ろう (ひよこ・ことり・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。畑では、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を持てるようにしていきたいです。

みんなでごはんを炊きました



< 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、こと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きましたよ。