



7がつのこんだてひょう



令和元年 北所保育所

月	火	水	木	金
1 (午前のおやつ1.2歳児) かりかりいりこ・パスチャライズ牛乳	2 きな粉かぼちゃ 牛乳	3 野菜クラッカー 牛乳	4 みたらし団子 お茶	5 ぱりぱりせんべい 牛乳
ごはん 鶏肉のみそ焼き ひじきの炒め煮 とうがん汁 ぶどう(デラウェア) 野菜塩焼きそば パスチャライズ牛乳	ごはん 元気だんご はりはりなます なすのみそ汁 	そうめん 魚のねぎソース つるむらさきのごま和え メロン	スタミナ丼 夏野菜のおだしあんかけ あっさりトマト 牛乳	ごはん 鶏肉と大豆の五目煮 かぼちゃサラダ モロヘイヤのみそ汁
	パエリア風ごはん 牛乳	あさりしぐれおにぎり 牛乳	ヨーグルト寒天のフルーツポンチ お茶	鶏そぼろおにぎり お茶
8 ひじきクッキー お茶	9 煮昆布 牛乳	10 ゆでとうもろこし 牛乳	11 煮豆 牛乳	12 大豆とごまのせんべい お茶
ごはん 厚揚げ中華煮 もやしのナムル 春雨スープ	ごはん 魚の塩こうじ焼き 切干大根の煮物 豆乳入り具だくさん汁	夏野菜カレー カラフルサラダ 牛乳 	ごはん 豚肉とつるむらさきの みそがらめ 春雨の酢の物 わかめのすまし汁 韓国風おにぎり 牛乳	ごはん ゴーヤみそチャンプルー きゅうりの中華漬け あさりのすまし汁 ぶどう(ピオーネ) 切干大根おにぎり 牛乳
炒り玄米おにぎり パスチャライズ牛乳	レタスチャーハン 牛乳	すいか・もも お茶		
15 海の日	16 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳	17 高野豆腐のプリッツ 牛乳	18 さざえ漁をみよう	19 弁当の日
	ごはん 魚の梅みそ焼き 小松菜の和え物 なめこ汁／冷やしトマト のりおにぎり パスチャライズ牛乳	ごはん 大豆入りハンバーグ オクラのおかか和え しじみのすまし汁 モロヘイヤ団子 牛乳	さざえごはん さざえのつぼ焼き そうめん瓜の酢の物 すいか 塩おにぎり 牛乳	
* 青字は新メニューです！				チーズパン 牛乳
22 麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳	23 枝豆 牛乳	24 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳	25 いちごヨーグルト お茶	26 粉ふき芋 牛乳
ごはん 松風焼き もずくの酢の物 トマト汁 	ごはん 揚げレバーの ごまソースがらめ 和風サラダ 厚揚げのみそ汁	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き なすの煮物 鶏ごぼう汁 すいか	ごはん 魚の衣焼き おからの酢みそ和え 麩のすまし汁 メロン	ジャージャー麺 じゃこサラダ ゆでとうもろこし 牛乳
磯ビーンズ パスチャライズ牛乳	トマトのカップケーキ 牛乳	ふりかけおにぎり 牛乳	枝豆と梅の混ぜおにぎり 牛乳	ひつまぶし お茶
29 誕生会	30 修了児との交流会 クッキング	31	 今月の目標 夏の食材を知ろう 食器の正しい並べ方を知ろう 	
かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	煮昆布 牛乳	きな粉まめ 牛乳	気温がぐんぐん上がり、所庭の夏野菜が大きく成長しています。給食に使われている食材だけでなく、所庭で収穫した採れたての野菜を味わいながら、夏の食材を伝えます。 食器を正しい位置に置くと、袖口にご飯粒がつかなかったり、食器が落ちるのを防いだりします。写真や絵などを使い、子どもたちに分かりやすく興味を持てるように働きかけ、一人一人の様子に合わせながら少しずつ進めていきます。 	
枝豆ごはん 鶏肉のトマトソース グリーンサラダ あさりのスープ ぶどう(巨峰)	夏野菜ピザ ひじきとオクラのサラダ はんぺん汁 すいか 	ごはん 高野豆腐の揚げ煮 ひじきのマリネ 南瓜のみそ汁		
おからのチーズケーキ風 パスチャライズ牛乳	牛しぐれおにぎり 牛乳	ツナしょうがおにぎり 牛乳		



クッキング
&
お弁当詰め



6月のクッキングでは、所庭で収穫した玉ねぎとじゃが芋を使い『じゃが芋の肉みそグラタン』を作りました。
最初に子どもたちはアルミホイルやピーラーでじゃが芋の皮をむいたり、包丁で切ったりしました。その後、担任や調理担当者が玉ねぎや人参のみじん切りを目の前ですると、「ザクザクいってるね。」「涙がでらん?」と言いながらしっかりと包丁さばきを見ていましたよ。
グラタンができあがると、自分たちでおにぎりを作り、他のおかずも一緒に詰めてお弁当が完成しました。
連絡帳に「おもちゃの包丁でクッキングをしていました。」「作り方を教えてくれました。」など記入しており、ご家庭でも話題になったようで嬉しく思いました。展示食横にレシピを置いていますので、ご家庭でも作ってみてくださいね。



野菜もしっかり食べて欲しいという願いから、「野菜には元気もりもりになるパワーがあるんだよ。」と、もも組の子どもたちに話し、調理担当者と一緒にポスターを作りました。
できあがると、その日から子どもたちは「おやさいパワー!」と言いながらジャンプしたり、パブリカの種取りのお手伝いの日には「おやさいパワーにパブリカいる?」とたずねながらポスターを見たりなどし、とても興味関心を持っています。そして、野菜が苦手な子ども、おやつや給食の中に入っている野菜を食べてみようとする姿があり、もも組みんなで「見て見て、お皿がピカピカだよ!」と見せ合っています。
最初のポスターにはなかったパブリカが加わり、これからも野菜の仲間がどんどん増えていくことを楽しみにしている子どもたちです。

