



2がつのこんだてひょう



令和2年 北部保育所

月	火	水	木	金
3 豆まき会 (午前のおやつ1・2歳児) ふかし芋・パスタライズ牛乳 黒米ごはん いわしのかば焼き 茶碗蒸し 白菜の昆布和え 大根のみそ汁 りんかけ大豆 パスタライズ牛乳	4 ココアクッキー お茶 ごはん 揚げレバーのケチャップ和え おからサラダ キャベツの煮物 豆腐と卵のすまし汁 炒り玄米おにぎり お茶	5 誕生会 かりかりいりこ 牛乳 ドライカレー カラフルサラダ ベークドポテト フルーツヨーグルト チーズケーキ お茶	6 りんご 牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ 里芋の煮物 白菜のみそ汁 のりおにぎり・かりかりいりこ 牛乳	7 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳 ごはん ポークビーンズ レンコンステーキ キャベツと春菊の和え物 わかめスープ かぼちゃおやき 牛乳
10 麩の黒糖がらめ パスタライズ牛乳 ごはん 高野豆腐の唐揚げ 切干大根の甘酢和え 小松菜のじゃこ炒め 鶏ごぼう汁 黒豆おにぎり パスタライズ牛乳	11 建国記念の日  調理担当者の作った食育すごろくをしながら、あいさつや食事の話して盛りあげました。	12 きな粉かぼちゃ お茶 ごはん ★魚のコーンマヨ焼き 春雨の酢の物 こんにゃくの炒め煮 麩のみそ汁 牛しぐれおにぎり 牛乳	13 煮豆 牛乳 麦入りごはん カレイのから揚げ 大根の煮物 厚揚げのみそ汁 りんご さつま芋蒸しパン 牛乳	14 さつま芋のオレンジ煮 牛乳 ごはん 牛肉とブロッコリーのオイマヨ炒め りっちゃんサラダ あさりのみそ汁 ぼんかん お楽しみクッキー 牛乳
17 きな粉マカロニ パスタライズ牛乳 ごはん ぎょうざ ばんさんすう チンゲン菜のスープ はるみオレンジ 大学芋 パスタライズ牛乳	18 人参プリッツ 牛乳 ごはん はたはたの丸干し ごぼうサラダ 小松菜のコーン和え 南瓜のみそ汁 じゃこ春菊のチャーハン 牛乳	19 煮昆布 牛乳 五目ラーメン れんこんと 鶏そぼろの甘辛煮 小松菜のおかか和え りんご さぼのそぼろおにぎり 牛乳	20 弁当の日 豆乳スープ お茶  じゃこ焼 牛乳	21 レストランごっこ 野菜クラッカー お茶 ピザ 煮込みハンバーグ ポテトサラダ しじみのみそ汁 マーラカオ風蒸しケーキ わかめおにぎり 牛乳
24 振替休日 ★は年長児希望献立です。 青字は新メニューです。 	25 粉ふき芋・お茶 ごはん 白菜のミルフィーユ蒸し ボイル野菜(みそマヨ添え) 納豆和え 里芋のみそ汁 小松菜と豚肉の混ぜごはん パスタライズ牛乳	26 みたらし団子・お茶 三色どんぶり マカロニサラダ 煮豆(金時豆) きのご汁 はるみオレンジ カルシウムたっぷりかりんとう お茶	27 もちつきお別れ会 チーズ・お茶 雑煮 鶏肉の和風ピカタ あらめの炒め煮 神在ねぎのみそがらめ ツナしょうがおにぎり 牛乳	28 ぱりぱりせんべい・牛乳 ごはん 魚の塩こうじ焼き はりはりなます ごぼうと人参のみそじゃが和え なめこ汁 ポン・デ・抹茶 牛乳

今月の目標

何でもおいしく食べよう

かもめ組は、給食やおやつの時間に、何でも、自分から残さず食べようとしています。もも組は、苦手なものを一口だけでも食べてみようとする姿が見られます。

今月も引き続き、残さず食べることでできた満足感や、友だちや保育士と楽しく食べる喜びを感じられるようにしていきたいと思います。

食事のマナーに気をつけて食べよう

保育所では、お集まり会や給食の時間に、正しい食器の持ち方や箸の使い方について伝えていますので、違っている時に言葉をかけると「そうだった」と思い出して、直すことができます。

ご家庭では、食事の時の姿勢や、食器や箸の持ち方はどうですか？気になるころがあれば、お気軽に担任や、調理担当者にご相談ください。

北部子育て応援倶楽部

毎月、お迎えの時間に茶話会や制作をしながら、子どもたちと同じおやつを食べていただいています。

今月は19日(木)に、ご家庭でも簡単に作れるような“簡単クッキング”を予定しています。「こんなものを作りたい」「こんなレシピが欲しい」などありましたら、調理担当者までお知らせください。



魚を食べよう (1/29)



クッキー

たいたい、いっぱい。(もも組)

『魚を食べよう』の日が近づいてくると、午後のおやつが終わる頃から、『♪おさかな天国♪』の音楽を流したり、調理室前に展示コーナーを設けたりしています。

展示コーナーでは、『どこで生きていたでしょうか?』と題し、魚や動物、野菜、果物などの絵を、お家の方と一緒に考えてパネルに貼ってもらいました。また、前日の午後のおやつの時には、「明日はどんなお魚がくるのかな?」と、魚の形をしたクッキーをわくわくしながら食べました。

当日は、本増屋さんに、目の前で5.5kgのぶりをさばいてもらったり、質問に答えてもらったりしました。子どもたちからは「血が出るね」「早く食べたい」「魚はどうやって寝ているの?」などの言葉が聞かれ、大切な命をいただいていると感じる時間になりました。

今年は、照り焼き、刺身、お寿司、切り身を甘だれに漬けたもの、あら汁など、色々な調理方法でぶりのほとんどを捨てることなく、感謝をしていただきました。



展示コーナー

どこで生きてたのかな?~?

ぶりの解体

大きな包丁が、3つもあるね。(かもめ組)

お寿司

へい、おまち!

