



2がつのこんだてひょう



★はふじ組の希望メニュー、青字は新ニューです。

令和3年 北部保育所

月	火	水	木	金
1 麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 揚げレバーの ごまソースがらめ はりはりなます キャベツの煮物 わかめのみそ汁 のりおにぎり パスチャライズ牛乳	2 豆まき会 チーズ お茶 ごはん 魚のかば焼き 茶碗蒸し 白菜の磯香和え 大根のみそ汁 おにまんじゅう 牛乳	3 人参プリッツ 牛乳 ごはん 鶏肉のオニオン焼き れんこんの甘辛煮 小松菜のじゃこ炒め 豆腐のすまし汁 いよかん りんかけ大豆 牛乳	4 もっちもちおから 牛乳 ★五目ラーメン ごぼうサラダ キャベツと春菊の和え物 りんご あさりしぐれおにぎり 牛乳	5 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 麦入りごはん かれいのから揚げ 切干大根の甘酢和え 小松菜のコーン和え じゃが芋のみそ汁 チキンライス 牛乳
8 野菜クラッカー パスチャライズ牛乳 ごはん 高野豆腐のから揚げ 春雨の酢の物 ほうれん草のごま和え 鶏ごぼう汁 いよかん かぼちゃおやき パスチャライズ牛乳	9 煮豆 お茶 ごはん 鮭のコーンマヨ焼き こんにゃくの煮物 キャベツときゅうりの 浅漬け 厚揚げのみそ汁 わかめおにぎり 牛乳	10 弁当の日 豆乳スープ お茶 高野豆腐のクリームコロッケ お茶	11 建国記念日 2日の午後のおやつは『おにまんじゅう』です。角切りにしたさつまいものゴツゴツとした感じが、鬼の角や金棒をイメージしています。 ガトーショコラ 牛乳	12 誕生会 かりかりいりこ 牛乳 カレーライス エビフライ カラフルサラダ いちご
15 麩の青のリスナック パスチャライズ牛乳 ごはん 魚のさくさく揚げ おからサラダ きのこのしょうゆ焼き かぼちゃのみそ汁 小松菜と豚肉の混ぜごはん パスチャライズ牛乳	16 レストランごっこ 粉ふき芋 牛乳 オムライス 焼肉 ツナマヨサラダ あさりのすまし汁 パフェ かもめ組が献立を考えました。 昆布ごはん 牛乳	17 ふかし芋 牛乳 ごはん 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 そうめん汁 炒り玄米おにぎり・かりかりいりこ 牛乳	18 ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん 魚の塩こうじ焼き きんぴらごぼう 小松菜のおかか和え あさりのみそ汁 はるみオレンジ ツナしょうがおにぎり 牛乳	19 きな粉マカロニ 牛乳 ごはん ぎょうざ ばんさんすう 焼きブロッコリー チンゲン菜のスープ ★お好み焼き 牛乳
22 りんご 牛乳 ごはん 回鍋肉 大根の煮物 ブロッコリーのツナ和え 麩のすまし汁 ぜんざい お茶	23 天皇誕生日 きな粉かぼちゃ パスチャライズ牛乳 ごはん 魚の煮付け マカロニサラダ 里芋のじゃこ和え 白菜のみそ汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳	24 みたらし団子 お茶 スタミナ納豆丼 煮豆 ひじきのマリネ きのこ汁 はるみオレンジ じゃこと春菊のチャーハン 牛乳	25 もちつきお別れ会 きな粉豆 お茶 雑煮 魚の照り焼き ほうれん草のおひたし ぼんかん 牛しぐれおにぎり 牛乳	

今月の目標

何でもおいしく食べよう

今年度も残り2か月となりました。給食のお手伝いをする
ことで食べ物に親しんだり、食べ物の働きを知ったりして、
苦手なものにも関心を持って食べる姿が見られます。

今月の『レストランごっこ』では、かもめ組が給食を作ります。
「ありがとう」「おいしかったよ」と言われる嬉しさ
を感じながら、楽しい雰囲気でおいしく食べたいと思います。

箸やフォークを正しく持って食べよう

これまでも、一人一人に持ち方を伝えたり、紙しばいを読
んだりして、持ち方を意識できるようにしてきました。今月は、
三津町の山岡さんをお招きして、『お箸レッスン』をする予定
です。正しく箸を持つために指先に力を入れる活動をしたり、
実際に子どもたちの箸の持ち方を見たりしていただきます。

日々、職員がお手本になり、正しい持ち方で食べられるよう
にしていきたいです。ご家庭でも、お子さんと一緒に持ち
方を確認してみてくださいね。

魚を食べよう

1週間前から玄関の壁面に、昨年の『魚を食べよう』の写真(1匹の魚から“照り焼き”“さ
しみ”“あら汁”“おすし”のできあがる様子)を展示したところ、子どもたちは「早く食べたい！」と今年の『魚を食べよう』の日を楽しみにしていました。当日は、本増屋さんに4.1kg
の魚をさばっていただきました。



また、「この魚は鹿児島からどうやって来たのでしょうか」と本増屋さんから聞かれると、友
だち同士で話し、「トラックで運ばれて来た」と答えていました。漁師さん、魚屋さん、料理
をしてくれる人、いろいろな人が関わって、食べることができていることが分かったと思いま
す。これからも、食べ物の命をいただくことや、食べ物に関わった人に感謝をしてたべられ
るよう、伝えていきます。