



2がつのこんだてひょう



平成30年 北部保育所

今月の目標

何でもおいしく
食べよう

子どもたちの食事の量が増え、苦手な食材も食べてみようとする姿が見られます。おかわりもたくさんして、ピカピカになった鍋や食器が返ってくると、とてもうれしいです。今月は、かもめ組がメニューから考え、買い物に行き、クッキングをして、レストランをオープンします。そして、もも組の子どもたちを呼んだり、地域の方も招待します。食材や食事に興味を持ち、食べるまでの過程を知り、「おいしいね」と自然に言えるような取り組みをしていきたいと思っています。

月		火	水	牛乳	牛乳
5	6	7	8	誕生会	9 弁当の日
麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き 春雨とかにの酢の物 豆腐のすまし汁	蒸しかぼちゃ 牛乳 五目ラーメン れんこんと 鶏そぼろの甘辛煮 小松菜のコーン和え	さつま芋のオレンジ煮 牛乳 ごはん キッズマーボー ごぼうサラダ わかめスープ	きな粉豆 牛乳 ★ドライカレー 花野菜のサラダ (フレンチドレッシング シーザードレッシング) フルーツヨーグルト チーズケーキ お茶	豆乳スープ お茶 	
ツナしょうがおにぎり パスチャライズ牛乳	ごまチャーハン 牛乳	じゃこと春菊のみそチャーハン お茶		どらやき お茶	
12 振替休日	13	14	15	16 レストランごっこ	
先月のお正月献立はお重に盛り付けました。「家のおせちには栗きんとんが入ってたよ。」など家でのお正月の様子を楽しそうに話してくれました。 	煮昆布 牛乳 ごはん 揚げレバーの カレーソース和え おからサラダ なめこ汁 長芋の和風ドリア お茶	煮豆 パスチャライズ牛乳 ごはん 筑前煮 白和え 白菜のみそ汁 いよかん 抹茶クッキー パスチャライズ牛乳	高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 麦入りごはん カレーの干物 納豆サラダ 春菊のすまし汁 はるみオレンジ のりおにぎり・かりかりいりこ 牛乳	チーズ お茶 チャーハン ハンバーグ 鶏のかりかり焼き レンコンの梅マヨサラダ コーンスープ・クッキー 中華おこわ 牛乳 	
19	20	21 もちつきお別れ会	22	23	
麩の青のリスナック パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉の和風ピカタ ひじきのマリネ きのこのすまし汁 ぼんかん 切干大根おにぎり パスチャライズ牛乳	りんご 牛乳 ごはん 魚のケチャップ和え 切干大根とひじきの煮物 呉汁 ★野菜塩やきそば お茶	かりかりいりこ お茶 雑煮 ぶりの照り焼き ほうれん草と えのきの和え物 ぼんかん 炒り玄米おにぎり 煮昆布・お茶	大根のおかか和え 牛乳 金時豆入りごはん 魚の塩こうじ焼き キャベツの煮物 里芋のみそ汁 はるみオレンジ みたらし団子 牛乳	ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん ぎょうざ カリフラワーの中華和え 卵スープ フライドポテト 牛乳	
26	27	28	★は年長児希望献立です。(来月もあります)		
ふかし芋 お茶 ごはん 高野豆腐の揚げ煮 小松菜と切干大根の ごま酢和え はんぺん汁 黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳	抹茶クッキー お茶 ビビンバ丼 青のり入りポテトサラダ しじみのすまし汁 いよかん 雑炊 お茶	きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん 魚のマヨネーズ焼き れんこんきんぴら はんぺん汁 さつま芋蒸しパン 牛乳	   魚を 食べよう 1/26に本増屋さんに来ていた き、子どもたちの目の前で4.6kg もある大きなぶりをさばいてもら いました。さばいている所を見た 子どもたちは興味津々で、「すご いね」「こわい」と色々な表情で		

正しいマナーを身につけよう

12月から三津町にお住いの山岡さんをお招きして、かもめ組はお箸の持ち方を含め、食事のマナーについて話をしています。

「箸を持つときは、親指と人差し指のぐるぐる(指紋)を合わせるんだよ。」「手首だけ動かしてひじは動かさないんだよ。」など、一人ひとりの指の動きを見てもらいながら、金時豆→大豆→小豆の順で箸でつまんでみました。みんなが集中して上手にお皿に運ぶことが出来ました。今月も来ていただく予定にしています。



2月3日は節分です。節分というのは、季節の分かれ目の立春の前日のことを言います。立春は、冬が終わり春が始まる日です。

2日の節分献立では、角はサツマイモ、髪の毛はこんにゃく、目は黒豆、まゆ・鼻はごぼう、口は人参で作った「鬼さんライス」と「いわしの梅つまれ汁」、おやつに平田地域の郷土料理の甘くて香ばしい「りんかけ大豆」を食べます。



魚を食べよう

1/26に本増屋さんに来ていただき、子どもたちの目の前で4.6kgもある大きなぶりをさばいてもらいました。さばいている所を見た子どもたちは興味津々で、「すごいね」「こわい」と色々な表情でした。魚の命をいただく話を聞いたことを覚えていて、その日の給食の刺身やあら汁は残さず食べました。

※お魚クイズをしたところ、たくさんの方に参加していただきありがとうございました。

1月中旬に、大根を抜きました。「寒いね。」「冷たいね。」と話す子どもたちでしたが、11月に間引いた時より大きくなった大根を見て、とても嬉しそうでした。大根は、干し大根にしたり、クッキングのおでんに入れて食べたりしましたよ。

