11がつのこんだてひょう

令和3年　北部保育所

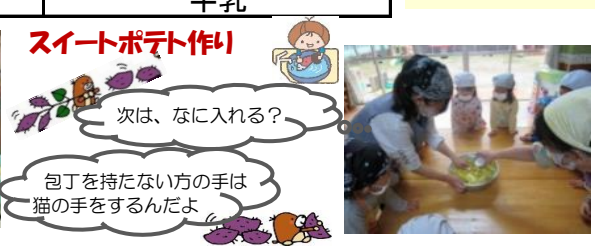
月	火	水	木	金
1 （午前のおやつ0.1.2歳児） いちごヨーグルト・お茶 ごはん 鶏肉のカレー塩こうじ焼き 小松菜のごま和え かぶとツナの和え物 しめじのみそ汁 ひじきおにぎり パスチャライズ牛乳	2 煮豆 牛乳 ごはん ちゃんちゃん焼き風 切干大根のサラダ こんにゃくの炒め煮 はんぺん汁・柿 わかめおにぎり 牛乳	3　文化の日 ＊青字は、新メニューです。	4 黒ごませんべい 牛乳 ごはん 魚の照り焼き ごぼうサラダ キャベツの煮浸し 南瓜のみそ汁 牛しぐれおにぎり 牛乳	5 さつまいものオレンジ煮 お茶 親子丼 納豆春巻き ブロッコリーの磯香和え 大根のみそ汁 きのこの炊き込みごはん 牛乳
8 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん ぎせい豆腐 ひじきのマリネ 焼きパプリカ 白菜のみそ汁 茶飯おにぎり パスチャライズ牛乳	9　クッキング 豆乳スープ お茶 ごはん 魚のクリームコーン焼き 小松菜と切干大根の和え物 高野豆腐の煮物 油揚げのみそ汁・柿 芋つけ団子 牛乳	10 人参プリッツ 牛乳 ごはん ☆ 長芋と鶏肉のごつごつ揚げ カリフラワーの中華漬け 小松菜のじゃこ和え チンゲン菜のスープ パエリア風ごはん 牛乳	11 みたらし団子 お茶 ごはん カレー肉じゃが ほうれん草のナムル 煮昆布 かぶのみそ汁・柿 あさりしぐれおにぎり 牛乳	12　弁当の日 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 みそ焼きおにぎり お茶
15　おたのしみ会 蒸し南瓜 牛乳 赤飯 鯛の姿焼き 天ぷら 春雨の酢の物 花麩のすまし汁 みかん 鶏そぼろおにぎり 牛乳	16 ココアクッキー お茶 ごはん 揚げレバーの中華風 ピクルス 焼き南瓜 わかめのみそ汁 里の味ごはん パスチャライズ牛乳	17 大豆とごまのせんべい お茶 ごはん 里芋の肉みそグラタン グリーンサラダ （柿ドレッシングかけ） きのこのソテー コンソメスープ 炒り玄米おにぎり 牛乳	18 煮昆布 牛乳 ごはん 魚のみそ焼き ほうれん草の和え物 れんこんのごまマヨサラダ 芋煮汁 梅かつおおにぎり 牛乳	19 野菜クラッカー 牛乳 ごはん かき揚げ 白菜と春菊のおかか和え おからサラダ 五目汁 中華おこわ 牛乳
22 麩の青のりスナック パスチャライズ牛乳 ごはん 厚焼き卵 納豆和え ふかし芋 豆腐のみそ汁 チキンライス パスチャライズ牛乳	23　勤労感謝の日 11月24日は 「和食の日」です 和食文化の大切さを再認識するきっかけになるよう、11月24日は「いい日本食」のごろ合わせから、「和食の日」とされました。保育所でも、子どもたちに和食の良さを伝える一日にしたいと思います。	24　和食の日 チーズ お茶 ごはん 魚の塩こうじ焼き あらめの煮物 大根のから揚げ なめこ汁 黒米おにぎり 牛乳	25 きな粉豆 牛乳 ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーのサラダ ベイクドポテト そうめん汁・ラフランス とろとろかぶのあんかけご飯 お茶	26 ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん ししゃもの磯辺揚げ ささみの梅だれ和え 大豆の煮物 あさり汁 スイートポテト 牛乳
29 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 野菜の人参ドレッシングかけ 白和え しじみのみそ汁 じゃこと春菊のチャーハン パスチャライズ牛乳	30 みかん お茶 ごはん 魚の衣焼き ブロッコリーのカレーマヨ焼き セロリのきんぴら 豆乳入りみそ汁 昆布ごはん 牛乳			

今月の目標
食事のマナーに気をつけて食べよう

お迎えの時に小学生のきょうだいに学校での給食の様子を聞いてみると、「静かに食べているよ。」と教えてくれました。そこで、“もうすぐ小学生になるふじ組もやってみよう！”と話すと、おかわりの時間まではお話をせず、ゆっくりとよく噛んで味わって静かに食べることができました。

今では、ふじ組だけでなく下のクラスの子どもたちも静かに集中して給食を食べることができ、みんなで一緒に「ごちそうさま」をしています。集中することで、食器の持ち方や、座り方にも気をつけることができるので、このまま続けていきたいと思っています。

スイートポテト作り



クッキングで、スイートポテトを作りました。今回から、ふじ・きく組が包丁で切り、さくら組がピーラーを使い皮をむきました。すると、ふじ組がきく組に、きく組がさくら組に教えながら、自然と自分が経験してきた切り方やむき方、失敗したことなどを知らせる姿が見られ、とても微笑ましかったです。みんなで力を合わせて切ったさつま芋を茹でていくと芋の甘いがして、バターを混ぜるといつものスイートポテトの匂いに変わり、子どもたちは、食べることを楽しみにしていました。食べ始めると、あっという間に終わり、もっと食べたそうでした。

がんばってるよ！お当番

10月のお集まり会で、ふじ組がみんなの前で、トング・しゃもじ・お玉の持ち方を見せてくれました。これから盛り付けを始めるきく組は、興味を持って聞き、実際に持ってみましたよ。

給食の時間になると、「今日は、私がしゃもじでご飯の盛りつけをしてみる！」「お玉はこう持つ？」などと聞きながら盛り付けました。

正しい持ち方をすると、こぼれにくく、きれいに盛ることができるようになり、今ではこぼすことが少なくなりました。