

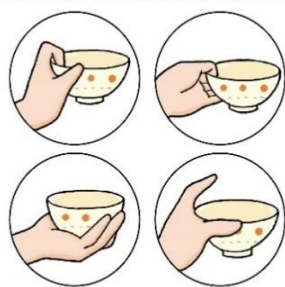


11がつのこんだてひょう



令和4年 北部保育所

こんな持ち方はやめよう



指をへりにひっかけたり、親指を中に入れたりする持ち方は、器が安定しにくく、料理をこぼす原因になります。

火		水		木		金	
1 半日保育士 (午前のおやつ0.1.2歳児) 人参ブリッツ・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和え 焼きパプリカ チンゲン菜のスープ チキンライス 牛乳		2 煮豆 牛乳 ごはん ちゃんちゃん焼き風 ブロッコリーのサラダ 粉ふき芋 はんぺん汁 ひじきおにぎり 牛乳		3 文化の日 * 青字は、新メニューです。  0歳児の友だちが増え、にぎやかなもも組さん。おやつや給食を仲良く食べています。		4 ごまブリッツ 牛乳 親子丼 マカロニサラダ ボイルブロッコリー 大根のみそ汁 りんご 米粉のチーズクッキー 牛乳	
7 麩の青のりスナック パスチャライズ牛乳 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 茶飯おにぎり パスチャライズ牛乳		8 みたらし団子 お茶 ごはん ぎせい豆腐 ひじきのマリネ 小松菜のじゃこ和え 白菜のみそ汁 あさりしぐれおにぎり 牛乳		10 半日保育士 いちごヨーグルト お茶 ごはん ししゃもの磯辺揚げ ささみの梅だれ和え れんこんのごまマヨサラダ わかめのみそ汁 黒米おにぎり 牛乳		11 クッキング もちもちおから 牛乳 ごはん 鶏肉の和風ピカタ キャベツの煮浸し 揚げごぼう あさり汁・みかん スイートポテト 牛乳	
14 ひもおとし会 蒸し南瓜 お茶 赤飯 鯛の塩焼き 天ぷら 春雨の酢の物 花麩のすまし汁 みかん 米粉のココアカップケーキ パスチャライズ牛乳		15 豆乳スープ お茶 ごはん 魚のクリームコーン焼き 切干大根のサラダ 高野豆腐の煮物 ほうれん草のみそ汁 柿 芋つけ団子 牛乳		16 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) きこのソテー コンソメスープ のりおにぎり・かりかりいりこ 牛乳		17 野菜クラッカー 牛乳 ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 大豆の煮物 ほうれん草のコーン和え そうめん汁 みかん 中華おこわ 牛乳	
21 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん 厚焼き卵 納豆和え 大根のから揚げ なめこ汁 パエリア風ごはん パスチャライズ牛乳		22 煮昆布 牛乳 ごはん 魚のみそ焼き ほうれん草と切り干し大根の和え物 こんにゃくの炒め煮 芋煮汁・ラフランス 大豆とじゃこの揚げ煮 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 ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん 魚の塩こうじ焼き あらめの煮物 ふかし芋 厚揚げのみそ汁・りんご とうとうかぶのあんかけご飯 お茶	
25 きな粉豆 牛乳 ごはん 鶏肉のから揚げ 白菜と春菊の和え物 にんじんしりしり 具だくさん汁 鶏そぼろおにぎり 牛乳		28 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 しめじのみそ汁 じゃこと春菊のチャーハン パスチャライズ牛乳		29 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん 鶏肉の磯焼き 小松菜のおかか和え かぶとツナの和え物 しじみのみそ汁 きこの炊き込みごはん 牛乳		30 りんご 牛乳 ごはん 魚の衣焼き 白和え ブロッコリーのカレーマヨ焼き かぼちゃのみそ汁・柿 昆布ごはん 牛乳	

今月の目標 食器を正しく並べよう

箸やフォークが上手に使用しても、食器を正しい並べ方をしていないとスムーズに食事が出来ません。正しい食器の位置を確認しながら配膳をしていくように言葉をかけていきます。

和食の 食器の 並べ方



和食の場合、ごはんは左側、汁物は右側、おかずはその奥に置きます。はしは手前に、はし先を左に向けて置きます。

今年は栗拾いがブームとなり、降所時に保護者の方と栗の木が生えている旧佐香小学校の坂を登っていく子どもたちの姿をよく見かけました。保育所でも、所外保育から帰ってくると「あったよ」と子どもたちが調理室に「小さな栗」を持って来てくれました。八百屋さんから届いた「大きな栗」を見ると「おっきいね」「さわりたい」と大きさの違いに気がついていましたよ。



野外クッキング

10月19日は野外クッキングを計画していましたが少雨の為、羽釜ごはんは中止し、ふじ組が米とぎをして炊飯器で炊きました。豚汁は、子どもたち全員が、こんにゃくちぎり(1歳児)玉ねぎの皮むき(2歳児)白菜ちぎり(3歳児)ピーラーで皮むき(4歳児)包丁で切る(5歳児)などの調理工程を分担し、協力して作りました。ぐつぐつと豚汁が煮えている間に、「さんま」を洗い網にのせて、テラスに準備した炭の上で焼きました。



羽釜ごはんが出来ず残念でしたが、今後天候を見ながら実施したいと思っています。

2歳児は、初めてネギの収穫をしました。



2～5歳児は「さんま」を洗い、網にのせました。ツルツルした感触を感じましたよ。

「見て！見て！」ときれいに身が取れたさんまの骨を見せてくれました。骨があることを実感し、「今日の魚は骨がある？」と聞く子どもはいませんでした。