

2がつのこんだてひょう

令和5年 北部保育所



今月の目標

～箸やフォークを正しく持って食べよう～

子どもたちの年齢に応じた言葉をかけたり、職員が手本となったりしながら、フォークや箸の正しい持ち方が身につくように、一人一人の成長に合わせて進めていきたいと思います。

月	火	水	木	金
6 麩の青のりスナック パスチャライズ牛乳	7 粉ふき芋 牛乳	8 弁当の日 煮豆 お茶	9 もちつきお別れ会 のりごまクッキー お茶	10 きな粉マカロニ 牛乳
ごはん ぎせい豆腐 もやしのごま酢和え きのこのしょうゆ焼き ほうれん草のみそ汁 さつま芋ごはん パスチャライズ牛乳	ごはん 鶏肉のから揚げ ひじきの煮物 白菜と春菊のおかか和え キャベツのみそ汁・ぶんたん 炒り玄米おにぎり かりかりいりこ・牛乳	 南瓜おやき 牛乳	雑煮 魚の照り焼き ほうれん草のお浸し みかん  刻み昆布おにぎり 牛乳	ごはん 春巻き 納豆和え カリフラワーの甘酢和え あさり汁 牛しぐれおにぎり 牛乳
13 煮昆布 パスチャライズ牛乳	14 ぱりぱりせんべい 牛乳	15 蒸し南瓜 牛乳	16 いちごヨーグルト お茶	17 大豆とごまのせんべい 牛乳
ごはん 鶏肉のカレー塩こうじ焼き ブロッコリーのごまマヨ和え こんにゃくの煮物 そうめん汁	ごはん 豆腐ナゲット キャベツの煮物 ピクルス 切り干し大根のみそ汁 りんご	親子丼 ごぼうサラダ 焼きブロッコリー きのこ汁 ぼんかん	ごはん 魚のねぎソース 大豆の煮物 彩り和え わかめのみそ汁	炊きこみご飯 ミートソーススパゲティ エビフライ カラフルサラダ 野菜スープ はるみオレンジ
黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳	きな粉団子 牛乳	五平餅 牛乳	鶏そぼろおにぎり 牛乳	米粉のココアパウンドケーキ 牛乳
20 チーズ お茶	21 高野豆腐のしっとりラスク風 牛乳	22 野菜クラッカー お茶	23 天皇誕生日  ★青字は、 5歳児希望 メニューです。	24 りんご 牛乳
ごはん 揚げレバーのごまソースがらめ ばんさんすう ふかし芋 なめこ汁	ごはん 魚の煮付け 小松菜と切り干し大根の和え物 里芋のみそがらめ 卵のすまし汁	ハヤシライス グリーンサラダ 焼きれんこん フルーツヨーグルト 	ごはん 魚のコーンマヨ焼き ひじきのマリネ 大根の煮物 豆乳入りみそ汁	しそおにぎり 牛乳
じゃこおにぎり パスチャライズ牛乳	レタスチャーハン 牛乳	お焼きごはん お茶		
27 麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳	28 豆乳スープ お茶			
ごはん 高野豆腐のから揚げ マカロニサラダ 春雨の酢の物 しじみ汁	ごはん 魚のごまみそ焼き ほうれん草の磯香和え 里芋の煮物 豚汁・りんご	 『魚を食べよう』		
小松菜と豚肉の混ぜごはん パスチャライズ牛乳	ツナしょうがおにぎり 牛乳			

「けんちゃんみそを使った"どさんこ汁"」

みそ汁の中に生姜とにんにくをすりおろし、"どさんこ汁"を作りました。保護者の方からいただいた大根も追加し、昨年度の手作り「けんちゃんみそ」で味つけをした北部保育所特製の汁が完成しました。今月は、ふじ組が米とぎを再開し、きく組にやり方を伝えていく予定にしています。



『魚を食べよう』 (佐香っ子デー)

前日、今シーズン最強寒波の影響で魚がないかも・・・と本増屋さんから連絡をいただいていたが、漁師さんや本増屋さんのご協力で「わかな」が手に入り、予定通り1月26日に『魚を食べよう』を行うことができました。

本増屋さんが持参された、長さや厚みの違う2本の包丁に興味津々な子どもたち。魚の身と骨を切るのに使い分けることを教えてもらいました。

出来上がった"刺身・照り焼き・あら汁"は、たくさんおかわりをしてあっという間になくなりました。命をいただくことの大切さだけでなく、食事ができるまでの過程や、調理器具にも興味を持つことが出来る貴重な時間となりました。

