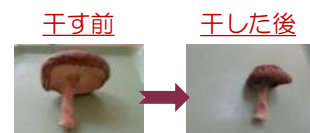


11がつのこんだてひょう

平成29年度 北部保育所



干しいたけを作ったよ！



しいたけをテラスにつるすと、三週間ほどで3分の1ぐらいの大きさになり、干しいたけができました。
これから冬に向かって、大根やイカを干したり、柿をつるします。このような体験を通して昔からの保存の知恵を子どもたちに伝えていこうと思います。

月	火	あさりしぐれおにぎり 牛乳	長いものフライドポテト 牛乳	
6 煮昆布 パスチャライズ牛乳	7 さつまいものオレンジ煮 牛乳	8 マカロニきな粉 牛乳	9 ぱりぱりせんべい 牛乳	10 誕生会・ひもおとし会 大根のおかか和え 牛乳
ごはん ぎせい豆腐 ひじきのマリネ 麩のすまし汁	ごはん 魚の煮付け はりはりなます 里芋のみそ汁 柿 	ごはん 牛肉とごぼうの甘辛煮 ブロッコリーとトマトのサラダ 生揚げのみそ汁	ごはん カレー肉じゃが ほうれん草のおかか和え 大根のみそ汁 	赤飯 鯛の姿焼き わかめの酢の物 紅白団子のすまし汁 みかん 梨のチーズケーキ 牛乳
★磯ビーンズ パスチャライズ牛乳	中華おこわ お茶	とろとろかぶのあんかけごはん お茶	黒米おにぎり 牛乳	
13 クッキング かりかりいりこ パスチャライズ牛乳	14 麩の青のリスナック 牛乳	15 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	16 きな粉かぼちゃ 牛乳	17 弁当の日 いちごヨーグルト お茶
ごはん ぎょうざ カリフラワーの中華和え 卵スープ	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き ひじきの煮物 あさり汁 柿 	ごはん 魚の塩こうじ焼き ほうれん草の磯香和え 芋煮汁 ラフランス	ごはん ちゃんちゃん焼き風 おからサラダ はんぺん汁	
さつまいものバースティック パスチャライズ牛乳	里の味ごはん 牛乳	切り干し大根おにぎり 牛乳	昆布ごはん 牛乳	さつまいもまんじゅう 新茶
20 麩の黒糖からめ パスチャライズ牛乳	21 きなこ豆 牛乳	22 みたらし団子 牛乳	23 勤労感謝の日	24 ふかし芋 牛乳
ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のおかか和え 具だくさん汁 	五穀ご飯 魚の衣焼き チンゲン菜のさっと煮 切り干し大根のみそ汁	五目うどん かき揚げ 白菜のごま和え りんご		ごはん 魚のマヨネーズ焼き 小松菜のコーン和え 白菜のみそ汁 りんご ふりかけおにぎり お茶
ひじきとツナのおにぎり パスチャライズ牛乳	ポン・デ・抹茶 ミックスジュース	梅かつおおにぎり 牛乳		
27 梨 パスチャライズ牛乳	28 豆乳スープ お茶	29 かりかりいりこ 牛乳	30 煮豆 牛乳	かたちが違うね  
ごはん 揚げレバーのソースからめ 小松菜と切干大根の和え物 油揚げのみそ汁	ごはん 魚の変わり焼き ★ピクルス  じゃが芋のみそ汁 りんご	ごはん 焼肉 野菜炒め わかめスープ	麦ごはん 里芋の肉みそグラタン 柿ドレッシングのサラダ ★かぶのクリームスープ	今年も、地域の方から 柿をいただきました。 形や切った時の実の色 の違い、そして、味も 違っており、子どもたち と秋を感じながら食べま した。甘くておいしい柿
ココアクッキー パスチャライズ牛乳	じゃこおにぎり 牛乳	芋つけ団子 牛乳	菜飯 お茶	



多くの人や自然の恵みに支えられて、食べ物を口にすることができます。「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつは、命をいただくこと、そして、作ってくれた人への感謝の言葉です。小さい頃から感謝の気持ちを持って食べられるように、食事のあいさつの大切さや、ご飯は一粒も残さず食べることを伝えていきます。ご家庭でも、家族みんなできちんとあいさつをして、感謝の気持ちを持ちながら食事を楽しみましょう。

今日の食材、何色かな？



「かきだいすき！！」

かもめ組では当番が、毎日給食に出る食材を、食材カードを使って三色の栄養に色分けしています。「牛乳からできているから、チーズは赤い仲間だよ」など、ふじ組が教えたり、みんなで相談・協力しながらカードを貼っていきます。これからも、三色食品群などを使い、食事に興味関心を持てるような活動・展示等をしてきたいと思っています。