



11がつのこんだてひょう



令和元年度 平田保育所

今月の目標

感謝して食べよう



夕方は日が暮れるのが早くなり、すっかり日が短くなりました。さつま芋や栗、柿といった旬の食材を味わう機会が多く、味覚からも秋の訪れを感じます。

今月の食育目標は「感謝して食べよう」です。子どもたちは、給食やおやつ時に「いただきます」「ごちそうさまでした」と大きな声であいさつをしています。「いただきます」「ごちそうさま」には、生き物の命をいただくことや、食事作りに携わっている人への感謝の意味があります。感謝の気持ちを持って食べるように、食事のあいさつの大切さや、残さず食べることを伝えていきたいと思っています。

～和食の日について～

11月24日は「和食の日」です。日本の伝統的な和食文化を守り、伝えていくことの大切さについて考える日です。保育所では22日に子どもたちと和食を味わい、改めて良さを伝えたいと思います。ご家庭でも、だしを使った料理をお子さんと一緒に作るなど、和食を楽しみながらいただく機会にしてみませんか？

金

(午前のおやつ0.1.2歳児)
蒸しかぼちゃ・牛乳

ごはん
魚のタンドリー風
ピクルス
パプリカのソテー
もやしのみそ汁/梨

栗ご飯
牛乳

月	火	水	木	金
4	5	6	7	8
	黒ごませんべい 牛乳	麩の青のリスナック パスタライズ牛乳	かぼちゃのおやき 牛乳	さつま芋のオレンジ煮 牛乳
振替休日 	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き さつま芋の甘煮 かぶのツナサラダ 大根のみそ汁 黒米おにぎり・かりかりいりこ 牛乳	ごはん 厚焼き卵 ナムル 生揚げのみそ汁 りんご 長芋のフライドポテト パスタライズ牛乳	ごはん 魚と大葉のチーズ春巻き キャベツの和え物 こんにゃくの炒め煮 けんちん汁 ココアクッキー 牛乳	親子丼 煮豆 ごぼうサラダ 梨のコンポート きのこの炊き込みご飯 お茶
※青字は新作メニューです！				
11	12	13	14	15
マカロニきな粉 パスタライズ牛乳	チーズ お茶	みたらし団子 お茶	大根のおかか和え 牛乳	かりかりいりこ 牛乳
ごはん 元気レバー 小松菜と切干大根の和え物 なめこ汁 西条柿 里の味おにぎり パスタライズ牛乳	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き あらめの煮物 大根の浅漬け 豆乳入りみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳	ごはん カレー肉じゃが 納豆和え 湯豆腐 しじみのみそ汁 中華おこわ 牛乳	赤飯 鯛の姿焼き 秋の天ぷら 春雨の酢の物 花麩のすまし汁・りんご 梨のチーズケーキ お茶	ごはん ぎょうざ カリフラワーの中華和え チンゲン菜のスープ みかん 切干大根おにぎり 牛乳
18	19	20	21	22
ココアクッキー お茶	きなこ豆 牛乳	煮昆布 牛乳	豆乳スープ お茶	和食の日 ぱりぱりせんべい 牛乳
ごはん ぎせい豆腐 ひじきのマリネ 大根のから揚げ 白菜のみそ汁 昆布ごはん パスタライズ牛乳	ごはん ほっけの塩焼き ほうれん草の磯香和え かぼちゃの焼き浸し 芋煮汁 ポン・デ・抹茶 ミックスジュース	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 きのこ汁 梅かつおおにぎり 牛乳	五目うどん 納豆のかき揚げ 白菜と春菊のおかか和え 富有柿 あさりしぐれおにぎり 牛乳	ごはん さばの煮付け はりはりなます 油揚げのみそ汁 りんご 芋つけ団子 牛乳
25	26	27	28	29
麩の黒糖がらめ パスタライズ牛乳	高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	弁当の日 いちごヨーグルト お茶	煮豆 牛乳	ふかし芋 牛乳
ごはん 豚肉のしょうが焼き 白和え ボイル野菜(ごまドレッシングがけ) あさり汁 炒り玄米おにぎり パスタライズ牛乳	ごはん ちゃんちゃん焼き 小松菜のごま和え はんぺん汁 みかん パエリア風ごはん 牛乳	 りんごパン 牛乳	ごはん 鶏肉の和風ピカタ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ ラフランス スイートポテト 牛乳	ごはん ししゃもの磯部揚げ もやしのごま酢和え 大豆の煮物 切干大根のみそ汁 とろとろかぶのあんかけごはん お茶



収穫祭をしました！！



10月24日に田畑や海の恵みに感謝する収穫祭を行いました。当日はあいにく雨だったので、遊戯室で豚汁を作りました。子どもたちは米ときをしたり、豚汁の野菜の皮をむいたり、切ったりするなどのお手伝いをしました。大きな鍋の中に具材を入れるところや、ぐつぐつと煮える様子を間近で見たり、匂いを嗅いだりして、子どもたちから歓声があがっていましたよ。保育所の畑でとれたかぶと間引き菜、大福さんの畑でとれたさつま芋が入った具たくさん豚汁ができました。自然の恵みに感謝しながら、おいしい秋の味覚をお腹いっぱいいただきました。

お手伝いしたよ！



もったいないばあさんが、食べ物働きや感謝して食べることの大切さを教えてくれました。

ぐつぐつしてる！



いい匂い！



おいしい～！

