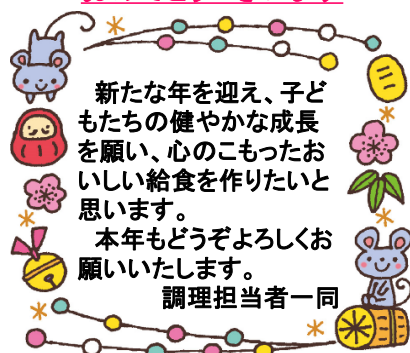




あけまして

おめでとうございます



新たな年を迎え、子どもたちの健やかな成長を願い、心のこもったおいしい給食を作りたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願いたします。

調理担当者一同

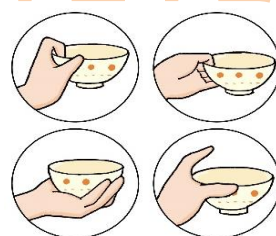
1がつのこんだてひょう



令和7年 平田保育所

<今月の食育目標> 食器を大切にしよう

4月から『食事のあいさつ』『食べる時の姿勢』などの食事のマナーについて繰り返し伝え、習慣となるように取り組んでいます。今月の食育目標は『食器を大切にしよう』です。食事や会話に夢中になると、食器の持ち方や姿勢が崩れてしまい、食器を置くときに大きな音がしてしまったり、手から落ちて割れてしまったりすることがあります。壊れてしまった茶碗や皿は元に戻らないことを伝え、大切に使うことができるように声かけをしていきます。また、姿勢を良くすることで食器を持ちやすくなることを年齢に合わせてポスターなどを使って伝えます。



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



※ 青字は新作メニューです。

月	火	水	木	金
6 (午前のおやつ0・1・2歳児) チーズ／お茶	7 正月献立 かりかりいりこ お茶	8 麩の青のりスナック お茶	9 カレークラッカー お茶	10 大豆とごまのせんべい お茶
ごはん／そうめん汁 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ ふかし芋 みかん	桜えびごはん 筑前煮 だて巻き 紅白なます／黒豆 花麩のすまし汁	ごはん さばの塩焼き おからの炒り煮 小松菜の和え物 さつま芋のみそ汁	ごはん 揚げレバーのごまソースがらめ ブロッコリーサラダ 南瓜の煮物 かぶのみそ汁	ごはん／のりふで ぶり大根 白菜と春菊のごま和え 里芋のみそがらめ りんご
梅かつおおにぎり パスタライズ牛乳	七草がゆ 牛乳	米粉のチーズクッキー 牛乳	黒米おにぎり 牛乳	刻み昆布おにぎり 牛乳
13 成人の日 七草がゆを食べよう 七草がゆは、1月7日に食べて、その年の無病息災を祈るいわれがあります。 保育所でも七草がゆを食べて、今年の健康を祈りたいと思います。	14 ぱりぱりせんべい お茶	15 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶	16 粉ふき芋 お茶	17 誕生会 煮昆布 お茶
	ごはん 鮭の塩こうじ焼き キャベツのおかか和え 切干大根の中華和え 油揚げのみそ汁 黒豆おにぎり パスタライズ牛乳	ごはん おでん 揚げごぼう 小松菜ののりじゃこ和え 煮豆／みかん 五平餅 牛乳	ごはん 鶏肉のみそバター焼き おからサラダ チンゲン菜の煮物 しじみのみそ汁 豚しぐれおにぎり 牛乳	ごはん／野菜スープ とんかつ 花野菜サラダ 焼きれんこん ぼんかん おからショコラ 牛乳
20 きな粉マカロニ お茶	21 煮豆 お茶	22 弁当の日 麩のココアラスク お茶	23 ごまプリッツ お茶	24 ミルクスープ お茶
ごはん 鶏肉の照り焼き 春雨の酢の物 さつま芋の甘煮 わかめのみそ汁 ひじきおにぎり パスタライズ牛乳	ごはん／中華スープ キッズマーボー ブロッコリーのコーン和え ごぼうの梅煮 りんご じゃこおにぎり 牛乳	 おにぎりパーティ 牛乳	ごはん 魚の変わり焼き 大根サラダ 小松菜の中華和え どさんこ汁 茶飯おにぎり 牛乳	ごはん 鮭の塩焼き ほうれん草の和え物 ちゃんこ鍋 ぼんかん 黒糖蒸しパン 牛乳
27 麩の黒糖がらめ お茶	28 いちごヨーグルト お茶	29 豆乳スープ お茶	30 ふかし芋 お茶	31 きな粉クッキー お茶
雑穀ごはん 鶏肉の磯焼き あらめの煮物 納豆和え かに汁 しそおにぎり パスタライズ牛乳	中華丼 焼き南瓜 ピクルス りんご 炒り玄米おにぎり かりかりいりこ／牛乳	ごはん 魚のカレームニエル キャベツの昆布和え ポイルブロッコリー けんちん汁 のりおにぎり 牛乳	ごはん／なめこ汁 鶏肉のさっぱり焼き 春雨とツナのサラダ ほうれん草のごま和え ぼんかん 鶏そぼろおにぎり 牛乳	ごはん 魚のフライ キャベツのマリネ ふろふき大根 厚揚げのみそ汁 みたらし団子 牛乳

《12月の食育活動》

冬野菜のシルエットクイズをしたよ！

そう・ぱんだ・こあら・うさぎ組さんが毎月お手伝いをしてれています。12月は大きな白菜を食べやすい大きさにちぎったり、たくさんのブロッコリーを小さな房にわけたりしてくれました。

そこで、ぱんだ・こあら組さんに“シルエットクイズ”をしました。野菜の写真を黒色の画用紙でかたどり影絵にして、何の野菜が隠れているかあててもらいました。どちらのクラスも野菜をよく知っていて、あっという間に答えを言ってきて全問正解でした。

今後も、お手伝いで旬の食材に触れながら、野菜の名前を覚えらるるようしていきたいです。また、旬の食材を食べることが体に良いということも伝えていきます。

ぜんぶわかるよ
かんたんーん

ぱんだ組のクイズの様子

ながいの
ながねぎだよ

こあら組のクイズの様子



12/20はクリスマス献立

12月20日はクリスマス献立でした。そう・ぱんだ・こあら組は、各部屋でバイキング形式の会食をしました。どこのお部屋もクリスマスの楽しい雰囲気の中で、おいしそうに食べていました。子どもたちが「おいしい！」と言ってくれたので、調理担当者もとてうれしかったです。

おやつは『お楽しみクッキー』を食べました。雪だるまとプレゼントの形の大きなクッキーを作り、いろいろな形のクッキーも並べました。大きなクッキーを見ると、「かわいい」と喜んで食べてくれましたよ！

メリークリスマス♡
かんぱーい！

ゆきだるまだあ

