



11がつのこんだてひょう



※★青字は新作メニューです！

平成29年度 平田保育所



さつま芋や栗、柿といった食材を味わう機会が多くなり、味覚からも秋の訪れを感じます。

今月の目標は、『感謝して食べよう』です。「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつは、生き物の命をいただくことや、食事作りに携わる人たちへの感謝の気持ちが込められています。

感謝の気持ちをもって食べられるように、子どもたち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ひます。

月	火	あさりしぐれおにぎり 牛乳	とろとろかぶのあんかけごはん お茶	は、緑黄色野菜で栄養満 点です。
6 煮昆布 パスチャライズ牛乳 ごはん ぎせい豆腐 ひじきのマリネ 麩のすまし汁 ☆磯ビーンズ パスチャライズ牛乳	7 ふかし芋 牛乳 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	8 マカロニきな粉 牛乳 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 長芋のフライドポテト 牛乳	9 ぱりぱりせんべい 牛乳 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 黒米おにぎり 牛乳	10 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 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 切り干し大根おにぎり 牛乳
13 麩の青のリスナック パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉のさっぱり焼き ひじきの煮物 あさり汁 柿 里の味ごはん パスチャライズ牛乳	14 弁当の日 いちごヨーグルト お茶  さつまいもまんじゅう お茶	15 ひもおとし会 大根のおかか和え 牛乳 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	16 みたらし団子 牛乳 五目うどん かき揚げ 白菜のごま和え りんご 梅かつおおにぎり 牛乳	17 きな粉かぼちゃ 牛乳 ごはん ちゃんちゃん焼き風 おからサラダ はんぺん汁 昆布ごはん 牛乳
20 麩の黒糖からめ パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉のマーメレード焼き 小松菜のおかか和え 具だくさん汁 ひじきとツナのおにぎり パスチャライズ牛乳	21 きなこ豆 牛乳 五穀ごはん 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 ポン・デ・抹茶 ミックスジュース	22 かりかりいりこ 牛乳 ごはん ぎょうざ カリフラワーの中華和え 卵スープ さつまいものバタースティック 牛乳	23 勤労感謝の日  煮豆 牛乳	24 さつまいものオレンジ煮 牛乳 ごはん 魚の煮付け はりはりなます 里芋のみそ汁 柿 中華おこわ お茶
27 梨 パスチャライズ牛乳 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 芋つけ団子 パスチャライズ牛乳	28 豆乳スープ お茶 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 じゃこおにぎり 牛乳	29 かりかりいりこ 牛乳 ごはん 焼肉 野菜炒め わかめスープ ココアクッキー 牛乳	30 煮豆 牛乳 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 菜飯 お茶	🌸 レシピ紹介 🌸 マカロニあられ 10月の新作おやつです。 子どもたちにとても好評でした！ ＜材料＞子ども4人分 ・マカロニ(クルル) 40g ・小麦粉 適量 ・揚げ油 適量 ・食塩 少々 

運動会、かっこよかったよ！ごぼうびクッキー♪

運動会では、子どもたちの一生懸命な姿にとっても感動しました。「がんばったね！」の気持ちを込めて、ごぼうびクッキーを作りました。子どもたちは、楽しみながらクッキーを選び、大事そうに食べていました。たくさんの笑顔が見られて、私たち調理担当者もとても嬉しかったです♡



いただきまーす♪



《10月4日お月見献立の様子》

おおきなうさぎごはんに大喜び！

十五夜にちなんだ献立を作りました。特に、うさぎの形をしたご飯に子どもたちは大喜びでした。人参が入ったほんのりオレンジ色のご飯に、昆布で目・鼻・りぼんを作ってかわいくなりました。お皿のうさぎは、あつというまに姿が見えなくなりました。



おつきー！
目やりぼんは、何で
つくってあるの？