



11がつのこんだてひょう



令和4年 平田保育所



今月の目標

感謝して食べよう

さつまいもや栗・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」のあいさつには、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。感謝の気持ちを込めて食べられるように、食事のあいさつの大切さや残さず食べることなど、絵本やポスターを使って、子どもたちにわかりやすく伝えていきたいと思ひます。

月	火	水	木	金
朝夕は寒くなって、体調を崩しやすい季節ですね。食事・睡眠をしっかりとり、元気に登所しましょう。 	1 やきいも会 (午前のおやつ0.1.2歳児) 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん 魚のみそ焼き ブロッコリーサラダ 大豆の煮物 はんぺん汁 ひじきおにぎり 牛乳	2 煮豆 牛乳 ごはん/しじみのみそ汁 鶏肉の磯焼き 小松菜のおかか和え かぶとツナの和え物 柿 きのこの炊き込みごはん 牛乳	3 文化の日 *青字は、新メニューです。	4 ごまプリッツ 牛乳 親子丼 マカロニサラダ ボイルブロッコリー 大根のみそ汁 りんご 米粉のチーズクッキー 牛乳
	7 麩の青のリスナック パスチャライズ牛乳 ごはん ぎせい豆腐 ひじきのマリネ 小松菜のじゃこ和え 白菜のみそ汁 茶飯おにぎり パスチャライズ牛乳	8 みたらし団子 お茶 ごはん 長芋と鶏肉のごつごつ揚げ カリフラワーの中華和え 焼きパプリカ チンゲン菜のスープ チキンライス 牛乳	9 きな粉マカロニ 牛乳 ごはん/コンソメスープ 里芋の肉みそグラタン グリーンサラダ (柿ドレッシングかけ) きのこのソテー のりおにぎり・かりかりいりこ 牛乳	10 人参プリッツ 牛乳 ごはん/かぶのみそ汁 カレー肉じゃが ほうれん草のナムル 煮昆布 みかん あさりしぐれおにぎり 牛乳
14 米粉クッキー お茶 ごはん 揚げレバーの中華風 ピクルス 焼き南瓜 油揚げのみそ汁 牛しぐれおにぎり パスチャライズ牛乳	15 ひもおとし会 誕生会 チーズ お茶 赤飯/花麩のすまし汁 鯛の塩焼き 天ぷら 春雨の酢の物 みかん 米粉のココアカップケーキ 牛乳	16 りんご 牛乳 ごはん 魚のちゃんちゃん焼き ほうれん草のコーン和え こんにゃくの炒め煮 芋煮汁 鶏そぼろおにぎり 牛乳	17 野菜クラッカー 牛乳 ごはん 鶏肉のマーメイド焼き 白菜と春菊の和え物 粉ふき芋 そうめん汁 中華おこわ 牛乳	18 いちごヨーグルト お茶 ごはん/わかめのみそ汁 ししゃもの磯辺揚げ ささみの梅だれ和え れんこんのごまマヨサラダ 柿 黒米おにぎり 牛乳
21 煮昆布 パスチャライズ牛乳 ごはん/なめこ汁 厚焼き卵 納豆和え 大根のから揚げ ラフランス バエリア風ごはん パスチャライズ牛乳	22 弁当の日 豆乳スープ お茶 大豆とじゃこの揚げ煮 お茶	23 勤労感謝の日 	24 和食の日 ぱりぱりせんべい 牛乳 ごはん/厚揚げのみそ汁 魚の塩こうじ焼き あらめの煮物 ふかし芋 りんご とろとろかぶのあんかけご飯 お茶	25 きな粉豆 牛乳 ごはん/具だくさん汁 鶏肉のから揚げ ほうれん草と 切干大根の和え物 にんじんしりしり みそ焼きおにぎり 牛乳
28 麩の黒糖がらめ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き 野菜の 人参ドレッシングかけ しめじのみそ汁 じゃこと春菊のチャーハン パスチャライズ牛乳	29 もちもちおから 牛乳 ごはん/あさり汁 鶏肉の和風ピカタ キャベツの煮びたし 揚げごぼう みかん スイートポテト 牛乳	30 大豆とごまのせんべい お茶 ごはん 魚の衣焼き 白和え ブロッコリーのカレーマヨ炒め かぼちゃのみそ汁 昆布ごはん 牛乳	<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">いい にほんしょく</p> <p style="text-align: center;">11月24日は、「和食の日」</p> <p>日本の伝統的な和食文化について考える日です。保育所では、子どもたちと和食を味わい、だしを使った料理の良さを改めて伝えたいと思ひます。ご家庭でも、お子さんと一緒に和食を作り、楽しみながらいただく機会にしてみませんか？</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>お手伝いをしたよ！</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>もったいないばあさんが、何でも食べることの大切さを教えてくれました。</p> </div> </div> </div>	

☆収穫祭をしました(10月19日)☆

秋晴れのもと、田畑や海の恵みに感謝する収穫祭を行いました。所庭にかまどやコンロを設置し、羽釜でご飯を炊き、大鍋で豚汁を作り、炭火でさんまを焼きました。前日に、子どもたちは豚汁に入る野菜をちぎったり、切ったりなどのお手伝いをしましたよ。大きな鍋から出る湯気やぐつぐつと煮える様子、炭火で焼くさんまの匂いやジュージューという音などを間近で感じ、「いいにおーい!」「おいそ〜!」と、食べるのが待ち遠しい様子でした。みんなで作った豚汁はとてもおいしく、おかわりをして食べる子がたくさんいました。自然の恵みに感謝しながら、秋の味覚をお腹いっぱいいただきました♪



ぐつぐつしてる!

