



# 3がつのこんだてひょう



平成31年 わにぶち保育所

＜今月の食育目標＞  
みんなでたのしく食べよう！

早いもので、今年度も最後の月となりました。子どもたちは1年を通して、お手伝い、クッキング、栽培活動など食に関わる体験を沢山しました。また、食事のマナーにも気をつけて食べられるようになったり、苦手な物も少しずつ食べてみようとして食事の時間を楽しく過ごしています。

今月も引き続き5歳児さんの希望献立(★印で表示しています)を取り入れています。年長さんと沢山思い出ができるように一緒に食事をしたり、『ありがとうの会』では2～5歳児さんはバイキングをしたりしてみんなで楽しい雰囲気の中で食事をしたいと思います。

金	
1 ひなまつり会・誕生会	
煮豆・牛乳	
ちらし寿司 鶏肉の照り焼き ほうれん草の和え物 あさりのすまし汁 りんご	
いちごのムース お茶	
8 大豆とごまのせんべい お茶	
★カレーライス ごぼうサラダ デコポン 牛乳	
★煮込みうどん お茶	
15 蒸しかぼちゃ お茶	
ごはん 春巻 納豆和え 麩のみそ汁	
わかめおにぎり 牛乳	
22 かりかりいりこ 牛乳	
ごはん 鶏肉のから揚げ ブロッコリーサラダ しじみのみそ汁	
炒り玄米おにぎり 牛乳	

月	火	水	木	金
4 ふかし芋 パスチャライズ牛乳 ごはん 牛肉とごぼうの甘辛煮 小松菜のごま和え はんぺん汁	5 弁当の日 麩の黒糖がらめ 牛乳 一年間＜弁当の日＞にご協力いただきありがとうございます。 ～お願い～ 弁当用のピックは、保育所では必要ないので、使用を控えてください。	6 年長さんありがとうの会 チーズ お茶 韓国風ごはん・ミートスパゲティ 鶏肉のマーマレード焼き 鮭ときのこのグラタン ボイル野菜・ドレッシング(中華・和風) 春雨スープ・★いちご 春雨スープ・★いちご	7 煮昆布 牛乳 ごはん 魚のみそ煮 はりはりなます 豆腐のすまし汁	8 鶏そぼろおにぎり 牛乳
11 マカロニきな粉 パスチャライズ牛乳 ごはん マーボー豆腐 キャベツとえのきの和え物 チンゲン菜のスープ チキンライス パスチャライズ牛乳	12 豆乳スープ お茶 ごはん カレイのから揚げ 春雨サラダ わかめのみそ汁	13 ブルーベリーヨーグルト お茶 焼きそば まめなサラダ かきたま汁 牛乳	14 野菜クラッカー お茶 五穀ごはん 魚のムニエル ポテトサラダ 春野菜の和風ミルクスープ いよかん	15 わかめおにぎり 牛乳
18 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 ほうれん草のおかか和え じゃが芋のみそ汁 デコポン 牛じぐれおにぎり パスチャライズ牛乳	19 煮豆 お茶 ごはん 焼肉 野菜炒め わかめスープ おからショコラ 牛乳	20 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 板わかめごはん ★魚の塩こうじ焼き れんこんの梅マヨ和え 鶏ごぼう汁 きよみオレンジ ぼたもち 牛乳	21 春分の日 春分の日的前後を加えた7日間を彼岸といいます。お彼岸には、「ぼたもち」を作って先祖の供養をする習慣があります。保育所では、20日のおやつで食べます。	22 炒り玄米おにぎり 牛乳
25 修了式 りんご パスチャライズ牛乳 お楽しみ弁当 * 保育所で準備します。	26 ぱりぱりせんべい お茶 ごはん 肉じゃが 白菜の和え物 厚揚げのみそ汁 きよみオレンジ ヨーグルトスコーン ミルクココア	27 きな粉豆 お茶 さばのそぼろどんぶり 和風サラダ 切り干し大根のみそ汁 梅かつおおにぎり 牛乳	28 希望保育 希望保育 弁当・水筒の用意をお願いします。	29 希望保育

春分の日の前後を加えた7日間を彼岸といいます。お彼岸には、「ぼたもち」を作って先祖の供養をする習慣があります。保育所では、20日のおやつで食べます。



### 2/14(木) クッキング 「どらやきを作ったよ!!」(3～5歳児)

3～5歳児さんが、『ミニどら焼き』作りをしました。子どもたちは「白い粉が卵色に変身したよ」「とろとろになってきた!」と変化に気がつきながら楽しんでいました。

4、5歳児さんは、自分たちでホットプレートに液を流して焼いたり裏返したりしてどら焼きの皮を完成させました。試食程度の大きさの予定でしたが、大きいどらやきや少し香ばしいものなど個性のあるどら焼きが出来ましたよ。自分たちで作ったどら焼きはとてもおいしく「おいしいからお母さんと作ろうかな～」と会話も弾んでいました。簡単に出来るおやつですのでご家庭でも作ってみませんか?

10回混ぜるよ! 1、2、3...

ひっくり返すよ! せーの...

大きいけど、やってみるね!

\* 5歳児さんは、午後おやつのだらやきを好きな型にくり抜いて作りました。

### <2月食育目標から>

～何でも残さず食べよう～の絵本を読みました。

年齢に合った絵本や紙芝居を読み「苦手な物も少し食べてみようね」と伝えました。その日の給食の時間、「おいしいね」と言いながら完食する子が多く見られましたよ。今後も、子どもたちが楽しく食事ができるように言葉をかけていきます。

野菜は好きかな～?

野菜大好きだよ!