



5がつのこんだてひょう



令和5年 わにぶち保育所

月	火	水	木	金
1 麩のココアラスク パスチャライズ牛乳 ごはん 松風焼き 春雨の酢の物 ブロッコリーのツナ和え ほうれん草のみそ汁 きな粉団子 パスチャライズ牛乳	2 人参プリッツ 牛乳 ごはん 鶏肉のさっぱり焼き 小松菜と切干大根の和え物 じゃが芋のみそがらめ あさり汁 もちもちふきおにぎり 牛乳	3 憲法記念日 ~4月の食育活動から~その1 クッキング4・5歳児くよもぎ団子 《団子作り》 <試食タイム~♡お味は...?>  ひがあたりところは、いっぱいはえてるよ! くよもぎをすりつぶす> どんなにおいがする? <仕分け>  みどりいろになってきた!!	4 みどりの日 よもぎのあじがするね つちのあじ~? <団子を丸める>  子どもたちは、匂いや色の変化に気づきながら、団子作りを楽しんでいました。	5 こどもの日 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ いんげんのごま和え 切干大根のみそ汁 しそおにぎり パスチャライズ牛乳
8	9 こどもの日献立 煮豆 牛乳 こいのぼり寿司 魚の照焼き 春キャベツの和え物 花麩のすまし汁 いちご お楽しみクッキー 牛乳	10 蒸しかぼちゃ 牛乳 ごはん 揚げ豆腐のそぼろあんかけ 彩り和え ごぼうの梅煮 しじみ汁 鮭おにぎり 牛乳	11 黒ごませんべい お茶 ごはん 魚のみそ焼き マカロニサラダ スナッフえんどうのおかか和え 五目汁・かわちばんかん 牛しぐれおにぎり 牛乳	12 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん ミートローフ 和風サラダ フライドポテト セロリのスープ 炊き込みごはん 牛乳
15 野菜クラッカー お茶 ごはん 揚げレバーのケチャップ和え 切干大根のサラダ 小松菜のコーン和え 豆腐のみそ汁 のりおにぎり パスチャライズ牛乳	16 麩の黒糖がらめ 牛乳 ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き ブロッコリーのごま和え 粉ふきいも 卵のすまし汁 五平餅 牛乳	17 もちもちおから 牛乳 ごはん 鮭の塩こうじ焼き きんぴらごぼう 春キャベツの浅漬け 豆乳入りみそ汁・かわちばんかん わかめおにぎり 牛乳	18 煮昆布 牛乳 グリンピースごはん 鶏肉のレモンだれ おからサラダ セロリのきんぴら 厚揚げのみそ汁 新じゃが芋もち 牛乳	19 チーズ お茶 ごはん 豆腐ナゲット アスパラのしそ和え 焼きかぼちゃ もやしのみそ汁・りんご 韓国風ごはん 牛乳
22 ぱりぱりせんべい パスチャライズ牛乳 ごはん 鶏肉の照焼き キャベツの煮物 じゃこきゅうり しめじのみそ汁 和風ツナおにぎり パスチャライズ牛乳	23 かりかりいりこ 牛乳 ごはん 肉じゃが まめなサラダ ブロッコリーの磯香和え はんぺん汁 ごまチャーハン 牛乳	24 いちごヨーグルト お茶 ごはん 魚のフライ チンゲン菜のオイスターソース炒め 春キャベツのマリネ なめこ汁 鶏ごぼうおにぎり 牛乳	25 誕生会 きな粉豆 牛乳 ハヤシライス マセドアンサラダ ゆでスナッフえんどう りんご 米粉のケーキ・ココアソース お茶	26 みたらし団子 お茶 五穀ごはん さばのみそ煮 納豆和え 焼きアスパラ わかめのすまし汁・夏みかん カレーピラフ 牛乳
29 りんご お茶 ごはん 鶏肉のマーマレード焼き フレンチサラダ きのこのしょうゆ焼き ごぼうのクリームスープ 黒米おにぎり パスチャライズ牛乳	30 のりごまクッキー お茶 ごはん 魚の衣焼き あらめの炒め煮 きゅうりとささみの酢の物 えのきのみそ汁 チキンライス 牛乳	31 大豆とごまのせんべい 牛乳 ツナ麻婆丼 昆布とキャベツの中華だれ ボイルそら豆 春雨スープ・かわちばんかん 米粉のホットケーキ 牛乳	~4月の食育活動から~その2 4月の食育目標は、『食事のあいさつをしよう』でした。子どもたちが、自然の恵みや食事に携わってくれた人たちにありがとうの気持ちを持って、紙芝居や絵本を使って伝えました。どのクラスからも気持ちの良いあいさつが聞かれますよ。  いただきます! ごちそうさまでした!	

<今月の食育目標>
食事のマナーを身につけよう
~良い姿勢で食べよう~



おちわんはマに もつ
せなかはまっすぐのぼす
ゆかにあしをつける
ひじをテーブルにつけない

今月の食育目標は、『食事のマナーを身につけよう~良い姿勢で食べよう~』です。一緒に食べていると、食器を持たずに食べたり姿勢が崩れてしまったりする姿が時々見られます。食事の時に姿勢よく座わり茶碗を持って食べることは、見た目にも美しくマナーの基本です。保育所では、今年も体幹体操を取り入れ、良い姿勢に繋がっていきます。また、一緒に食べる大人がお手本となり、声掛けをしながら食事のマナーを知らせていきます。

※ご家庭で椅子が大きい場合は、クッションを背中に挟んだり、足の下に踏み台を置いたりして調整してみてください。

「調理室ってどんなところ？」 3~5歳児

子どもたちの「どうやって作ったの？」の疑問に応え、厨房機器や下処理室の様子を写真で紹介し、実際に見学してもらいました。子どもたちは、興味深々で「大きくなったら、給食先生と一緒に給食を作りたい!!」とうれしい言葉も聞かれました。

人気No.1は、両面開きの冷蔵庫!
「先生が見えるよ~」
今回は、調理事務室側から下処理室も見学しました!!

