



11がつのこんだてひょう



令和6年 わにぶち保育所



〈今月の食育目標〉

感謝して食べよう
(3~5歳児)

食事の前に手を
合わせよう
(0~2歳児)

※ 青字は新作メニューです。

食べ物が私たちの口に入るまでには、多くの人や自然の恵みに支えられています。「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々への感謝の気持ちが込められています。また、食べ物を残さず食べることでありがたい気持ちを表すことができます。心を込めて食事のあいさつができるように、ポスターや紙芝居を使って“感謝の気持ち”や“もったいないという気持ち”を子どもと一緒に考え、伝えていきたいと思ひます。また、一緒に食事をする大人がお手本となるあいさつをしたり、言葉をかけたりするなど年齢に合わせた働きかけをしていきます。

お知らせ
20日(水)
「鰯淵そばクラブ」
の方にきていただき、
4・5歳児さんは
“そば打ち体験”を
します。

月	火	水	木	金
4 振替休日 ☆大根の芽がてたよ☆  ペットボトルの鉢で一人一人が育てています！ もみじ組さんが10月に大根の種まきをしました。自分たちで育てた大根を使って切干し大根を作ったり、クッキングしたりして食べたいと思います。	5 カレークラッカー お茶 ごはん 鶏肉の磯焼き 小松菜の和え物 南瓜の焼き浸し 白菜のみそ汁 みかん 黒米おにぎり パスタライス牛乳	6 もちもちおから お茶 ごはん ちゃんちゃん焼き風 ピクルス 煮昆布 はんぺん汁 りんご 大豆とじゃこの揚げ煮 牛乳	7 煮豆 お茶 ごはん 里芋の肉みそグラタン ひじきのマリネ キャベツの和え物 コンソメスープ 炒り玄米おにぎり・かりかりいりこ 牛乳	8 蒸し南瓜 お茶 ごはん 魚の衣焼き 小松菜と切り干し大根の和え物 高野豆腐の煮物 玉ねぎのみそ汁 とろとろかぶのあんかけご飯 牛乳
11 野菜クラッカー お茶 ごはん 鶏肉の照り焼き グリーンサラダ (柿ドレッシングかけ) 里芋のみそかけ 豆腐のすまし汁 カルシウムたっぷりおにぎり パスタライス牛乳	12 麩の黒糖がらめ お茶 ごはん 豚肉のみそ漬け焼き あらめの煮物 納豆和え 具たくさん汁 茶飯おにぎり 牛乳	13 豆乳スープ お茶 ごはん ししゃもの磯部揚げ ささみの梅だれ和え ブロッコリーのおかか和え 小松菜のみそ汁 鶏そぼろおにぎり 牛乳	14 みそスコーン お茶 ごはん 肉じゃが 白菜と春菊の和え物 れんこんのマヨサラダ しじみのみそ汁 柿 ひじきおにぎり 牛乳	15 ひもおとし会 煮昆布 お茶 赤飯 鯛の塩焼き 天ぷら 彩り和え 花麩のすまし汁 みかん 米粉のりんごケーキ 牛乳
18 麩のココアラスク お茶 ごはん 揚げレバーの ごまソースからめ ほうれん草のナムル きのこの炒め物 かぶのみそ汁 みそ焼きおにぎり パスタライス牛乳	19 人参プリッツ お茶 ごはん 鶏肉のバーベキューソース 白和え ブロッコリーのじゃこ和え 南瓜のみそ汁 あざりしぐれおにぎり 牛乳	20 そば打ち会 きな粉マカロニ お茶 手打ちそば(2~5歳児) 煮込みうどん(0.1歳児) かき揚げ ほうれん草の和え物 ごぼうの梅煮 柿 昆布ごはん 牛乳	21 黒糖ビスケット お茶 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 そうめん汁 じゃこごはん 牛乳	22 離乳食給食試食会 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶 ごはん 魚のみそ焼き 切干大根のサラダ 焼きれんこん 芋煮汁 みかん スイートポテト 牛乳
25 麩の青のりスナック お茶 ごはん ぎせい豆腐 春雨の酢の物 かぶとツナの和え物 わかめのすまし汁 豚肉と春菊のチャーハン パスタライス牛乳	26 誕生会 ぱりぱりせんべい お茶 ごはん 鶏肉のから揚げ キャベツの甘酢和え にんじんしりしり なめこ汁 ラフランス 米粉のチーズクッキー 牛乳	27 みたらし団子 お茶 麦入りごはん さんまのカレーマヨ焼き 大根の煮物 ブロッコリーの磯香和え きのこ汁 混ぜいなり寿司 お茶	28 かりかりいりこ お茶 ごはん すき焼き風煮 ほうれん草のコーン和え 煮豆 柿 のりおにぎり 牛乳	29 ふかし芋 お茶 ごはん 長芋と鶏肉のごっごつ揚げ カリフラワーの中華和え 焼き南瓜 チンゲン菜のスープ 豚しぐれおにぎり 牛乳

~10月の食育活動~

10月の食育活動では、お手伝いや実物展示を通して食材の名前を伝え、食材に触れたり、クイズをしたりして食べ物に興味や関心がもてるようにしました。もみじ・ほたん・うめ組さんは「何かな？ボックス」に食材を入れて食材の名前当てクイズをしました。子どもたちは、手の感覚をたよりに「大きくて葉っぱがある！」「丸くてさらさらしてるから梨かな？」などと触って感じとり、想像しながら答えていました。

「野菜クイズ」

ゴツゴツしてるよ



大きいから...
白菜かな!?



先生見てー
きのこ食べるね

「食材展示」れんこん



「お部屋でクッキング」きのこのソテー



もも組、さくら組さんは、日頃からお手伝いでたくさん食材に触れているので、自然と食べ物名前を覚えたり、自分から食べてみようとする姿が見られます。これからも食べ物に触れる経験を大切にしていきます。

さんま焼き・羽釜ごはんを炊いたよ

秋空の下で、さんま焼きと羽釜でごはんを炊きました。ご飯の炊き上がる様子や、さんまの焼ける匂いを嗅いで「早く食べたいね」と待ちきれない様子でした。焼きたてのさんまと、羽釜ごはんの味は格別で、みんなで秋の味覚をお腹いっぱいいただきました。

〈さんま洗い・さんま焼き〉 〈羽釜ごはん〉

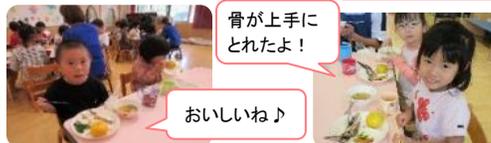


そーつと、そーつと



わ〜いいにおい!

~ほっこりエピソード~
さんま焼きをした日の夕方、新聞紙でさんまを作って遊ぶ姿が見られました。



骨が上手にとれたよ!

おいしいね♪

