



11月 食事だより



社会福祉法人大和善徳館
幼保連携型認定こども園 松陽こども園 R4.10.31

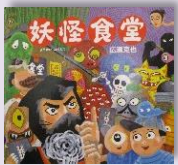
朝晩冷えてきましたが、秋が駆け足で過ぎそうですね。これからは温かい料理や、冬野菜のおいしい季節になります。寒い日には体を温める根菜類や旬の果物を食べ、睡眠を十分にとり、寒さに負けない体づくりを心がけましょう。

絵本の食べ物が本物に！?

11月の教育・保育テーマ「絵本」にちなんで、園の給食でも「絵本献立」を作ってみました。子どもたちが今まっている絵本や、園にあるおいしい季節な絵本を選び、献立を考えました。もし、絵本に登場する食べ物が本物になったら！?と想像し、アイデアをふくらませました。絵本の世界から本物の食べ物を見て料理を味わうことで、好き嫌いの克服などのきっかけになってほしいです。絵本に出てくる食べ物は、ワクワクとした気持ちと一緒に食への関心を高めてくれます。献立名を見て何の絵本に出てくる食べ物か、どんな食材を使っているか、などお家でも子どもたちとお話してみてください。

【8日(火)はごちそうの日】
以上児クラスで人気の絵本
「妖怪食堂」に出てくる
献立が給食に登場します!
(赤字の献立⇒)

忍び食堂特製!
★忍び定食～中華風～★
・大蛇チャーハン
・フランケンシュウマイ
(シュウマイの磯部揚げ)
・りんご ・春雨スープ



芋のつるも、食べれるんだよ

10月の中旬に園の畑でとれたさつまい芋のつるを使ってきんぴらを作りました。すじをとり、塩ゆでをし、ごま油で炒めて、しょうゆ・砂糖で味付けをしました。子どもたちは「おいしかった」「少し苦かった」「おかわりしたよ!」とそれぞれ感想を伝えてくれました。普段、お家では食べないつるも、園の畑でとれた新鮮なものだからこそ提供できました。さつまい芋もたくさんとれたので、給食でサラダやおやつに使いました。竹本さんの畑でとれた大根のすぐり菜も刻んで炒めて、ごはんにかけて食べました。



日	曜	未満児主食とおやつ	昼食	午後間食	テーマ絵本	離乳食
1	火	ごはん ジョア	魚のさざれ焼き かぶとひじきのマリネ コロコロスープ	ミルク せんべい		煮魚 かぶとひじきのあんかけ コロコロスープ
2	水	ごはん お茶 ウエハース	春巻き ほうれん草のお浸し トマト 豆腐の味噌汁	牛乳 芋ようかん ★	(昼)おいしいおと	ほうれん草とツナのあんかけ トマトマッシュ 味噌汁
4	金	きのこそばろ丼 ヨーグルト	きのこそばろ丼 マカロニサラダ りんご	牛乳 せんべい		そばろあんかけ さつまいもの甘煮 味噌汁
5	土	お茶 せんべい	炊き込みごはん さつま汁	お茶 ビスケット		鶏とひじきの雑炊 さつま汁
7	月	ごはん お茶 りんご	うさこちゃんの天ぷら(さつま芋天ぷら) れんこんきんぴら 豚汁	ヨーグルト ウエハース(以)	(未・おやつ)はらぺこ あおむし (昼)おはげのてんぷら	しらすあんかけ さつま芋の甘 煮 れんこんのすり流し汁
8	火	チャーハン ももゼリー	大蛇チャーハン フランケンシュウマイ りんご 春雨スープ	ジョア せんべい	(昼)妖怪食堂	そばろあんかけ さつま芋マッシュ 青菜スープ
9	水	ごはん お茶 梨	魚の塩焼き オクラ入れネバ和え(納豆和え) おとろ昆布汁(とろろ昆布のすまし汁)	牛乳 パムとケロのドーナツ★	(おやつ)パムと ケロのちちよび	魚のオクラあんかけ スティック野菜 すまし汁
10	木	ごはん お茶 いちご	ハンバーグ ブロッコリーの塩ゆで みかん さつま芋の味噌汁	ミルクココア ビスケット	(昼)おべん とうバス	ブロッコリーのそばろあんかけ トマトマッシュ 味噌汁
11	金	ごはん お茶 オレンジ	さつま芋のクリーム煮 ひじきサラダ パナナ	牛乳 おまかせ サンドイッチ★	(おやつ)おまかせ コックさん	ひじきのそばろあんかけ さつま芋の甘煮 味噌汁
12	土	お茶 チーズ	マカロニナポリタン ヨーグルト	お茶 せんべい		鶏味噌雑炊 すまし汁
14	月	ごはん お茶 ウエハース	魚のチリソース 豚肉とれんこんの炒め物 わかめスープ	りんごゼリー ウエハース(以)		魚の野菜あんかけ スティック野菜 わかめスープ
15	火	ごはん お茶 せんべい	鶏の照り焼き さつま芋サラダ 打ち豆汁	牛乳 にじ組のパン屋さん★	(おやつ)からすの ばんやさん	そばろあんかけ きゅうり煮 味噌汁
16	水	ごはん お茶 チーズ	豚肉のしょうが焼き うす揚げと大根の味噌汁 みかん	牛乳 さつまいもサンド★		大根のそばろあんかけ さつま芋の甘煮 味噌汁
17	木	ごはん お茶 ポーロ	大きなかぶのポトフ ツナサラダ チーズ	ミルク ビスケット	(昼)おおきなかぶ	かぶとツナのあんかけ 野菜の旨煮 キャベツのスープ
18	金	ごはん お茶 みかん	ブルゴキ さつま芋の甘煮 卵とわかめのスープ	ミルク せんべい		そばろあんかけ さつま芋の甘煮 わかめスープ
19	土	お茶 ビスケット	カレーピラフ コーンチャウダー	お茶 せんべい		ツナ入り雑炊 コロコロスープ
21	月	ごはん お茶 せんべい	豚バラ大根 春雨のごま酢和え りんご	牛乳 しろくまちゃんの ホットケーキ★	(おやつ)しろくまちゃん のホットケーキ	大根のそばろあんかけ かぼちゃの甘煮 味噌汁
22	火	ごはん お茶 みかん	魚の立田揚げ 柿なます 白菜の味噌汁	ミルク せんべい		魚のみぞれ煮 スティック野菜 味噌汁
24	木	カレーライス お茶 ウエハース	さつまカレーライス ブロッコリーサラダ みかん	ヨーグルト ウエハース(以)	(昼)カレーちゃん	ブロッコリーのそばろあんかけ さつま芋の甘煮 味噌汁
25	金	ごはん お茶 チーズ	豚肉と大豆の磯煮 ほうれん草とりんごのサラダ こなごの佃煮	お茶 おにぎり(梅おほか)★	(おやつ)おにぎり くんがね...	豆腐のしらすあんかけ ほうれん草の旨煮 味噌汁
26	土	お茶 ビスケット	味噌ラーメン りんごゼリー	お茶 せんべい		鶏味噌雑炊 すまし汁
28	月	ごはん ヨーグルト	中華丼 切干しサラダ みかん	お茶 小松塩焼きそば★		白菜のしらすあんかけ 大根の旨煮 味噌汁
29	火	ごはん お茶 パナナ	鮭のチャンチャン焼き 金時煮豆 けんちん汁	ミルクココア せんべい		魚の味噌煮 さつま芋の甘煮 すまし汁
30	水	ごはん お茶 ポーロ	ローストチキン りんごサラダ パピペポタージュ(にんじんポタージュ)	牛乳 かぼちゃ蒸しパン★	(昼)にんじんはたけの パピペポタージュ (おやつ)くりとくらと すみれちゃん	そばろあんかけスティック野菜 にんじんポタージュ

8日(水)…ごちそうの日

…テーマ(絵本)献立

★…手作りおやつの日

♪ 11月の給食のお楽しみ ♪

★お楽しみ その①★ 今月の教育・保育テーマは「絵本」!

読書の秋! 食欲の秋! 11月8日(火)の「ごちそうの日」を始め、様々な「絵本献立」を取り入れています。

★お楽しみ その②★ にじ組(5歳児)が、パン屋さんをオープン!

にじ組がパン作りに挑戦します! 焼きあがったパンを並べ、パン屋さんをしたいそうです。現在、パン屋さんのオープンに向けて準備中です。11月15日(火)の午後おやつは、にじ組手作りの焼きたてのパンを皆で味わいたいと思います。

