

11月の食事だより

社会福祉法人 大和善隣館
幼保連携型認定こども園 月津こども園 R4.11.1

本格的に寒くなっていく時期ですね。10月は、旬の小松とまをを食べたり、自分達で詰めたお弁当ランチを持って園庭で食べたりして楽しみました。そして11月は、「焼き芋会」や「森のきのこランチ」など園で収穫したさつまい芋が献立にたくさん登場します！秋の味覚を楽しみながら今月子ども達と元氣いっぱい過ごしていきたいと思います。食育だよりも発行します。子ども達の食育活動をぜひご覧ください。



♡10月7日(金)ちゅうりっぷ組の子ども達とトマトジャムサンドを作りました。6月のトマト月間第一弾！ではトマトジャムを作り、第二弾！の今回はトマトジャムを食パンに塗って食べました。子ども達は「トマトジャムだー！」と元気に答えてくれ、スプーンを上手に使い、食パンとジャムの配合を考えながら塗ったり、はみ出ないように慎重に塗っている姿がとても可愛いらしかったです。感想を聞いてみると「あまくておいしー！」「すっぱかったー！」「じょうずにぬれたよ！」などたくさん聞きました。おかわりもあつという間になくなりました！



♡10月14日(金)ゆり組の子ども達は午後のおやつに自分達できなこを塗ったきなこトーストを食べました。塗り始める前にきなこのお話を聞きました。そして「食べてみたい！」ということで、きなこを少しなめてみました。その後ボールに材料を入れ、泡だて器できなこクリームを作る工程を見ました。調理器具の大きさにみんなびっくりです。その後、食パンにきなこクリームをたっぷり塗りおやつで食べました。「おいしー！」という元気な声がお部屋からたくさん聞こえてきました。レシピはホームページにのせますのでぜひみてください！



★食育だより・レシピをHPに掲載します
ぜひご覧ください



11月のこんだて

日	曜	AM おやつ (未満児)	献立名	PM おやつ (以上児)	PM おやつ (O.1 満児)	離乳食名
1	火	ジョア	水菜の梅マヨ和え みかん めった汁 焼き芋 ☆ ～焼き芋会～	お茶 クラッカー		そぼろ煮 さつまい芋の甘煮 味噌汁
2	水	お茶 ウエハース	ハヤシライス ツナサラダ トマト ☆ ～ゆり組手作り弁当～	牛乳 せんべい		肉じゃが スティック野菜 味噌汁
4	金	ヨーグルト	マーボー豆腐 シューマイ ほうれん草のナムル ☆	お茶 芋ようかん		マーボー豆腐 野菜の旨煮 味噌汁
5	土	お茶 せんべい	チャーハン わかめスープ	お茶 せんべい		味噌雑炊 野菜の旨煮
7	月	お茶 せんべい	鶏肉のマーレード煮 さつまい芋サラダ ココロスープ ☆	ミルク ビスケット		大根のそぼろ煮 野菜あん さつまい
8	火	牛乳 バナナ	甘辛肉団子 ちりじゃこサラダ すまし汁 ☆	プリンアラモード		しらすあん スティック野菜 すまし汁
9	水	ヨーグルト	ビーフシチュー 大根サラダ バナナ ～ひまわり組小松市こども食育教室～	ぶどうゼリー		肉じゃが 野菜あん 味噌汁
10	木	お茶 ビスケット	江戸っ子煮 りんご ほうれん草のお浸し ☆	ミルク せんべい		ほうれん草の旨煮 そぼろあん 味噌汁
11	金	お茶 ポーロ	魚フライグリーンソース 粉ふきいも 大根スープ ☆	牛乳 クッキー	せんべい	魚の野菜あん さつまい芋の旨煮 味噌汁
12	土	お茶 せんべい	チキンライス オニオンスープ	お茶 ビスケット		野菜雑炊 マッシュポテト
14	月	ヨーグルト	大根のそぼろ煮 バナナ 糸きりわかめサラダ ☆	牛乳 しらすトースト		大根のそぼろ煮 野菜あん すまし汁
15	火	お茶 ビスケット	魚の塩焼き ごま酢和え 豚汁 ☆	ミルク せんべい		煮魚 野菜の旨煮 味噌汁
16	水	牛乳 みかん	肉じゃが バナナ ほうれん草の煮びたし ☆	ぶどうヨーグルト		肉じゃが ほうれん草の旨煮 味噌汁
17	木	お茶 せんべい	カレーライス マカロニサラダ トマト ☆	牛乳 ウイダーチーズ マフィン		野菜の旨煮 そぼろ煮 すまし汁
18	金	ジョア	森のきのこランチ お楽しみ ～秋の味覚たっぷり～	牛乳 栗どりんご のスコーン		野菜のそぼろ煮 さつまい芋甘煮 すまし汁
19	土	お茶 せんべい	じゃことキャベツの和風チャーハン チーズ	お茶 ビスケット		しらす雑炊 かぼちゃの甘煮
21	月	ももゼリー	魚の照り焼き 切干大根のゴマネーズ和え すまし汁 ☆ ～きく組手作り弁当～	牛乳 せんべい		魚のおろし煮 スティック野菜 味噌汁
22	火	お茶 ポーロ	ハンバーグ ドレッシングサラダ 白菜スープ ☆	お茶 たいやき		肉じゃが 野菜あん 白菜スープ
24	木	お茶 チーズ	味噌おでん フロッコリーサラダ トマト ☆	牛乳 揚げパン		フロッコリーの旨煮 そぼろ煮 味噌汁
25	金	アシドミルク	豚肉のしょうが焼き バナナ 味噌汁 ☆	りんごゼリー		さつまい肉じゃが すまし汁 スティック野菜
26	土	お茶 せんべい	チキンライス コーンスープ	お茶 せんべい		鶏味噌雑炊 野菜の旨煮
28	月	お茶 せんべい	大麦チキンナゲット コールスローサラダ たまごレタスのスープ ☆	ミルク ビスケット		そぼろあん さつまい芋の甘煮 すまし汁
29	火	お茶 ポーロ	筑前煮 パンサンサー トマト ☆	牛乳 クラッカー		野菜の旨煮 マッシュポテト 味噌汁
30	水	牛乳 バナナ	魚の立田揚げ 小松菜の納豆和え 味噌汁 ☆	ミルク せんべい		魚の野菜あん 大根の旨煮 味噌汁