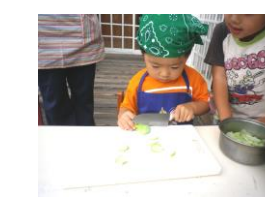


11月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田保育所 H26・11月



10月3日に園庭でごはんを炊きました！
一緒に味噌汁作りやアジを焼く事もしました。
とても楽しそうにやっていましたよ！



味噌汁に入れるはすいものすじを取ったり、野菜を切ったりしました。釜でごはんを炊きますが、火がうまくつかずに苦戦しました。魚も生を網に乗せることをしたり、焼けたものをお皿に入れてもらったりしました。

	月	火	水	木	金	土
昼食						1 そぼろ丼 具たくさん汁 もずくの酢の物
午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)						むかごのしおゆで
午後のおやつ						焼き芋
昼食	3 *振替休日*	4 芋ごはん 豆腐の味噌汁 ほんもろこのから揚げ サラダ南瓜のゴマ和え	5 ごはん 豚汁 魚の塩焼き 白和え	6 ごはん 里芋の味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 いかの酢の物	7 ごはん そうめん汁 肉じゃが ブロッコリーのゴマ酢和え	8 親子丼 なめこ汁 もやしの酢の物
午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)		ころころおむすび	きな粉うどん	季節のくだもの	南瓜の煮物	豆の甘煮
午後のおやつ		大根葉おむすび	ゆかりおむすび	焼き芋	わかめおむすび	のりおむすび
昼食	10 ごはん さつま芋の味噌汁 厚焼き卵 米粉麺の酢の物	11 ちらし寿司 すまし汁 芋の天ぷら ひじきと大豆の煮物	12 ごはん 芋煮汁 魚の梅焼き 金平ごぼう	13 ごはん 冬瓜の味噌汁 肉豆腐 ブロッコリーの和え物	14 ごはん 厚揚げの味噌汁 魚の西京焼き 納豆和え	15 そぼろ丼 具たくさん汁 もずくの酢の物
午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	チヂミ	黒豆煮	ころころおむすび	季節のくだもの	むかごのしおゆで
午後のおやつ	ひじきおむすび	ぜんざい	焼きじゃが	きな粉おむすび	焼き芋	のりおむすび
昼食	17 ごはん じゃが芋の味噌汁 豆腐ときのこのあんかけ わかめの酢の物	18 お弁当の日	19 ごはん 豚汁 魚の塩焼き 白和え	20 ごはん 里芋の味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 いかの酢の物	21 ごはん さつま芋の味噌汁 魚の照り焼き ひじきと大豆の煮物	22 親子丼 なめこ汁 もやしの酢の物
午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	煮干しせんべい	きな粉うどん	季節のくだもの	南瓜の煮物	豆の甘煮
午後のおやつ	大根葉おむすび	茶むすび	ゆかりおむすび	焼き芋	わかめおむすび	のりおむすび
昼食	24 *勤労感謝の日*	25 ちらし寿司 すまし汁 芋の天ぷら ひじきと大豆の煮物	26 いもごはん 豆腐の味噌汁 魚の梅焼き 金平ごぼう	27 ごはん 冬瓜の味噌汁 肉豆腐 ブロッコリーの和え物	28 ごはん 芋煮汁 魚の西京焼き 納豆和え	29 ごはん そうめん汁 鶏の照り焼き わかめの酢の物
午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)		チヂミ	黒豆煮	ころころおむすび	季節のくだもの	むかごのしおゆで
午後のおやつ		きな粉団子	焼きじゃが	きな粉おむすび	茶むすび	焼き芋

旬(11月)の食材

じゃが芋・さつま芋・里芋・人参
ごぼう・れんこん・白菜・大根
きのこ(しめじ・しいたけ・えのき・
まつたけ えりんぎ・まいたけ)
秋刀魚・さば・かつお・鮭
柿・りんご

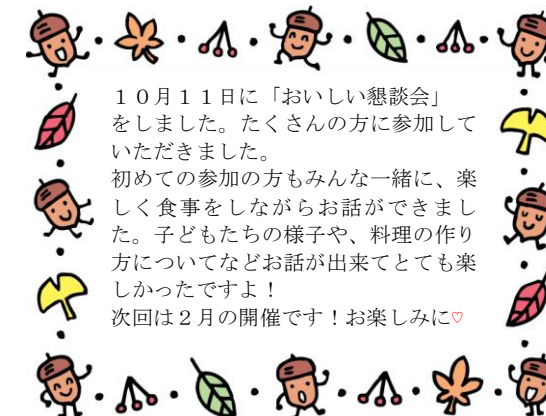
益田市保育研究会では、昨年度より学校給食と連携して保育所から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みをしています。その取り組みのひとつとしての保小中連携献立です。第3回目の連携献立は「芋煮汁」です。芋煮汁は、昔から益田でとれる食材を使用した郷土料理で、季節の節目に子どもの成長や家族の幸福・健康・食べ物の豊作などを願い祝った行事食として食べられています。芋煮汁は12日と28日に給食にです！

★は、お誕生日メニューです。*都合により献立が変わる場合があります。
☆は、かみかみ献立です。

お弁当の日が始まります！

11月からお弁当の日が始まります！

子どもたちは楽しみにしています。保護者の方は何を入れてあげようかと悩むと思いますが、子どもたちはご飯が大好きなので、しっかりご飯をいれてください。保育所でもたくさんおかわりをしますよ！



10月11日に「おいしい懇談会」をしました。たくさんの方に参加していただきました。初めての参加の方もみんな一緒に、楽しく食事をしながらお話ができました。子どもたちの様子や、料理の作り方についてなどお話が出来るととても楽しかったですよ！
次回は2月の開催です！お楽しみに♡