



取り分けの様子

給食の時間に魚の取り分けをしました!
各グループのテーブルに、さわらの入ったお皿を置き、さくら組さんとすみれ組さんがグループの子どもたちのお皿にさわらを取り分けました。
「どのくらい食べれる?」「大きいお魚にする?」と声をかけながらさわらを取り分けることが出来ました☆お友だちのことを考えて取り分けたり、グループの人数を把握し、かずを数えたり出来る子になってほしいと思います(*^_^*)



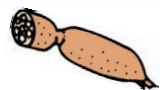
曜日	月	火	水	木	金	土
日		1	2	3	4	5
主食・飲物		5分づきご飯・お茶	5分づきご飯・お茶		5分づきご飯・お茶	
汁		すまし汁	わかめの味噌汁	文化の日	そうめん汁	遠足
主菜		筑前煮	高野豆腐の揚げ煮		魚のごま味噌焼き・漬物	
副菜		磯香和え	納豆和え		きゃべつの酢の物	
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)		ふかし芋	ころころおむすび		ころころおむすび	
午後		かりかりせんべい	茶むすび		ぜんざい	
日	7	8	9	10	11	12
主食・飲物	芋ごはん・お茶	5分づきご飯・お茶	5分づきご飯・お茶	梅じゃこご飯・お茶	★5分づきご飯・お茶	そばろ丼・お茶
汁	もやしの味噌汁	南瓜の味噌汁	なめこ汁	豆腐の味噌汁	芋煮汁	わかめの味噌汁
主菜	魚の照り焼き	鶏のくわ焼き	厚焼き卵	魚の塩焼き	魚のから揚げ・漬物	きゃべつのゆかり和え
副菜	白和え	いかの酢の物	ひじきと大豆の煮物	野菜炒め	もやしのごま酢和え	漬物
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	むかごの塩ゆで	ころころおむすび	焼き芋	ころころおむすび	煮干しせんべい
午後	のりおむすび	稲荷おむすび	ゆかりおむすび	むかごおむすび	寿司おむすび	焼き芋
日	14	15	16	17	18	19
主食・飲物	5分づきご飯・お茶	5分づきご飯・お茶	5分づきご飯・お茶	5分づきご飯・お茶	5分づきご飯・お茶	きのこの炊き込みご飯・お茶
汁	豚汁	かき玉汁	わかめの味噌汁	白菜の味噌汁	そうめん汁	さつま芋の味噌汁
主菜	豆腐のきのこあんかけ	魚の梅焼き・漬物	高野豆腐の揚げ煮	鶏のくわ焼き	魚のごま味噌焼き	わかめの酢の物
副菜	そうめん瓜の酢の物	エリンギの炒め物	納豆和え	ひじきの酢の物	きゃべつの酢の物	漬物
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	焼きじゃが	ころころおむすび	焼き南瓜	ころころおむすび	ふかし芋	ころころおむすび
午後	きな粉団子	茶むすび	さつま芋いろいろ	焼きじゃが	ぜんざい	きな粉おむすび
日	21	22	23	24	25	26
主食・飲物	芋ごはん・お茶	5分づきご飯・お茶		梅じゃこご飯・お茶	5分づきご飯・お茶	そばろ丼・お茶
汁	もやしの味噌汁	冬瓜の味噌汁	勤労感謝の日	豆腐の味噌汁	芋煮汁	わかめの味噌汁
主菜	魚の照り焼き・漬物	肉じゃが		魚の塩焼き	ホンモロコのから揚げ	きゃべつのゆかり和え
副菜	白和え	いかの酢の物		野菜炒め	もやしのごま酢和え	漬物
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	むかごの塩ゆで		ころころおむすび	煮干しせんべい	ころころおむすび
午後	のりおむすび	ゆかりおむすび		むかごおむすび	寿司おむすび	焼き芋
日	28	29	30			
主食・飲物	5分づきご飯・お茶	5分づきご飯・お茶	5分づきご飯・お茶			
汁	豚汁	かき玉汁	なめこ汁			
主菜	豆腐のきのこあんかけ	魚の梅焼き	厚焼き卵			
副菜	そうめん瓜の酢の物	エリンギの炒め物	ひじきと大豆の煮物			
午前(もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	焼きじゃが	ころころおむすび			
午後	茶むすび	稲荷おむすび	きな粉おむすび			

ごはんは5分づき米です。園に精米機があるので使う都度精米しています。

★「お誕生会メニュー」 *都合により献立が変わる場合があります。

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
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



保小中連携献立について

益田市保育研究会では、25年度より学校給食と連携し、保育園から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みを実施しています。その取り組みの一つとしての保小中連携献立で、11月の献立は、「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・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11日と25日に給食にでます!

・きゃべつの酢の物(5人分)

材料

- ・きゃべつ 1/4玉 ・人参 1/4本
- ・塩 少々 ・しらす干し 大さじ1
- ・ごま(乾) 小さじ1 ・穀物酢 大さじ1
- ・こいくちしょうゆ 小さじ1 ・砂糖 小さじ1

作り方

- ①きゃべつと人参を塩もみする。
- ②しらす干しは中火で炒る。
- ③ごまは中火で炒り、すり鉢でする。
- ④①、②、③を調味料で和えて出来上がり^^

子ども達は酢の物を喜んで食べていますよ。これからの季節、きゃべつを白菜や大根、カブに変えても良いと思います♪家庭でもたくさん作ってあげてください!

