

梅干作り

曜日	月	火	水	木	金	土
日		1	2	3	4	5
主食・飲物		5分づきごはん・番茶			5分づきごはん・番茶	中華丼・番茶
汁		具だくさん味噌汁		文化の日	えのきのすまし汁	わかめの味噌汁
主菜		鶏肉のくわ焼き	お弁当の日		魚のみそ煮	かぼちゃのそぼろ煮
副菜		切干大根の煮物			ひじきの酢の物	
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	ころころおむすび		ころころおむすび	ころころおむすび
	午後	梅こぶおむすび	焼きおむすび		たきこみおむすび	梅じゃこおむすび
日	7	8	9	10	11	12
主食・飲物	5分づきご飯・番茶	5分づきご飯・番茶	5分づきごはん・番茶	5分づきごはん・番茶	5分づきごはん・番茶	豆腐のみそ煮丼・番茶
汁	寄せ鍋風汁	なめこのみそ汁	かきたま汁	豚汁	もやしのみそ汁	かぼちゃの味噌汁
主菜	魚の西京焼き	にごみ	鶏肉のごまみそ焼き	★ 鶏の唐揚げ	厚焼き卵	わかめの酢の物
副菜	きゃべつの酢の物	白和え	白菜の酢の物	わかめの酢の物	ほうれん草のごま和え	
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	ころころおむすび	ころころおむすび	温奴	ころころおむすび
	午後	きなこういろ	ばくだんおむすび	焼きいも	のりおむすび	きな粉おむすび
日	14	15	16	17	18	19
主食・飲物	5分づきごはん・番茶	5分づきご飯・番茶	5分づきごはん・番茶	5分づきご飯・番茶	5分づきごはん・番茶	中華丼・番茶
汁	厚揚げの味噌汁	具だくさん味噌汁	豆腐のみそ汁	玉ねぎの味噌汁	えのきのすまし汁	わかめの味噌汁
主菜	魚の梅焼き	魚の塩焼き	魚の照り焼き	鶏肉と大豆の煮物	魚のみそ煮	かぼちゃのそぼろ煮
副菜	さつま芋の甘煮	きゃべつ昆布和え	きゃべつおかか和え	きゃべつの酢の物	ひじきの酢の物	
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	ころころおむすび	ころころおむすび	ころころおむすび	ころころおむすび
	午後	稲荷おむすび	梅こぶおむすび	焼きかぼちゃ	たきこみおむすび	梅じゃこおむすび
日	21	22	23	24	25	26
主食・飲物	5分づきごはん・番茶	5分づきごはん・番茶		5分づきごはん・番茶	5分づきごはん・番茶	豆腐のみそ煮丼・番茶
汁	寄せ鍋風汁	なめこのみそ汁	勤労感謝の日	豚汁	もやしのみそ汁	かぼちゃの味噌汁
主菜	魚の西京焼き	にごみ		鶏の唐揚げ	厚焼き卵	わかめの酢の物
副菜	きゃべつの酢の物	白和え		わかめの酢の物	ほうれん草のごま和え	
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	ころころおむすび	ころころおむすび	温奴	ころころおむすび
	午後	きなこういろ	ばくだんおむすび	焼き芋	のりおむすび	きな粉おむすび
日	28	29	30			
主食・飲物	5分づきごはん・番茶	5分づきごはん・番茶	5分づきごはん・番茶			
汁	厚揚げの味噌汁	具だくさん味噌汁	豆腐のみそ汁	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。		
主菜	魚の梅焼き	鶏肉のくわ焼き	魚の照り焼き	★「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。		
副菜	さつま芋の甘煮	切干大根の煮物	きゃべつおかか和え			
おやつ	午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	ころころおむすび			
	午後	稲荷おむすび	梅こぶおむすび	焼きじゃが		

赤色とか黄色、いろんな色があるね！



ちよつとずつ！
ちよつとずつ！

そーっとね！



出来上がりが楽しみです(＾o＾)

味噌が出来ました



去年のさくら組さんの作った味噌ができました(＾▽＾*)

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が保小中連携献立で、11月の献立は、「魚のみそ煮」と「にごみ」です。
 魚のみそ煮は4日と18日に、にごみは8日と22日の給食に出ます。
 「にごみ」は長崎県大村市の郷土料理です。人参、ごぼう、大根、鶏肉などの具材を醤油などの調味料で味付けした出汁で煮込みます。
 「にごみ」という名前は、「煮込み料理」が語源となっています。

11月からお弁当の日が始まります！
 手の込んだものでなく、前日の夕飯の一品や簡単なもので子どもたちはきっと嬉しいはずですよ！