



発行日 令和2年 12月 1日 下田部保育園

今年も残すところ、あと1ヵ月となりました。季節もいよいよ本格的な冬へと移り変わっていきます。そしてもうひとつ、冬野菜が美味しい時季にもなりました。今年の冬は、なかなか外に出掛けることの出来ない日々になりそうですね。そんな時だからこそ、おうちで「温かいお鍋」はいかがでしょうか☆白菜などの他にも、肉や魚貝・きのこ類をたくさん入れて、旨味たっぷりのお鍋を味わいましょう！！

今年も色々のご協力頂き、ありがとうございました。来年も宜しくお願い致します。

☆お鍋が美味しい季節です☆

☆まずは「鍋料理」の歴史から・・・



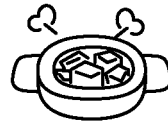
近代以前の日本の住居には、台所にある竈(かまど)とは別に、調理のほか照明や暖房を兼ねた囲炉裏が用意されることが多く、そこで煮炊きした料理を取り分けて食べることが日常的に行われていた。

17世紀中頃には、「調理された煮物を各々に配膳せず鍋のまま提供する方法」が記録として残っている。

明治に入り、牛鍋の流行やちゃぶ台の普及などにより、「鍋料理」は一般家庭へと広がりを見せた。

その後、カセットコンロ等の発明のおかげで、家庭でも気軽に食べることが出来るようになっていった。

☆地方の様々な「鍋料理」とは・・・



* **飛鳥鍋** (奈良県) → 鶏ガラベースの出汁に牛乳を加え、まろやかさとコクを出した鍋料理。

具材は特に変わらないが、お好みでネギや生姜を加えることもある。

* **石狩鍋** (北海道) → 鮭を主材料とし、味噌で調味した鍋料理。

塩漬けしていない生鮭を使用する。

* **きりたんぼ鍋** (秋田県) → きりたんぼとは、つぶしたご飯を竹輪のように杉の棒に巻きつけて

焼き、棒から外して食べやすく切ったもの。

鶏ガラの出汁で煮込んだり、味噌をつけて焼いて食べる。

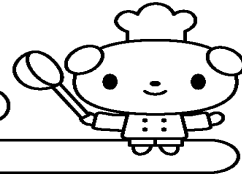
* **はりはり鍋** (近畿地方) → 鯨肉と水菜を用いた鍋料理の一種。

「はりはり」とは、水菜の繊維質によるシャキシャキとした食感からきた表現。

* **せんべい汁** (青森県) → 同料理専用の南部煎餅を用い、醤油味で煮立てた汁物、又は鍋料理。

など。

色々なお鍋を楽しんでみましょう♪



14	変わりローストチキン さつまいものサラダ クリームスープ ロールパン	7	鮭のねぎ味噌焼き 白菜とわかめの煮びたし すまし汁 ごはん
1	担々麺風ラーメン 三度豆とツナの煮びたし	8	チキンカレーライス コールスローサラダ ヨーグルト
15	みかん ごはん	22	梅たまうどん わかめときゅうりの酢の物 若菜とコーンのごはん りんご
2	ぶりの照り焼き かぶの煮物 納豆 みそ汁 ごはん	9	魚の揚げ出汁浸し ひじきと白菜の煮物 みそ汁 ごはん
16	千ジャオロースー 中華サラダ チンゲン菜のスープ ごはん	10	24日☆クリスマス行事食☆ タコライス 春雨サラダ コンソメスープ みかん缶
3	豚肉とキャベツのカレー煮 ブロッコリーとトマトのサラダ かぶのコンソメスープ ごはん	11	25日☆お誕生日会☆
17	筑前めし 白菜と豚肉のトロトロ煮 みそ汁 パン缶	木	
18		金	
19		土	

☆おいしいつばやき☆
ある日の出来事…

ゆり組さんのお部屋に行くと、「今日のメニューのクイズ出してー！！」とリクエストがありました。そこで、その日に使っているお肉類や野菜など《何が入っているかな?》というクイズを出しました。

色々な言葉が飛び出したのを見て、みんなが「食」に興味を持ってきているんだな…と感じ、改めて嬉しかったです♪

お家でもぜひ「食材クイズ」を出してあげてくださいね！

- * 仕入れの都合上、献立内容を変更することがあります。
- * 離乳食、アレルギー食も実施しております。
- * 化学調味料などできるだけ使用しないようにしています。

☆12月 お誕生日会メニュー(24日)☆

- * 白身魚のカレーソースかけ*
- * 春雨サラダ*
- * ミルクスープ*
- * ごはん* *ぶどうゼリー*

☆12月 お誕生日会メニュー(25日)☆

- * ツリーハンバーグ*
- * ポテパンフサラダ*
- * コンソメスープ*
- * 乳酸菌飲料*
- * 乳児: ハニーロール* *幼児: クロワッサン*

手作りおやつ

	離乳食	乳児・幼児		離乳食	乳児・幼児
3日(木)	トースト	シュガートースト	4日(金)	蒸しパン	煮干しごまチップ
8日(火)	ポテト磯辺ボール	お惣菜ケーキ	14日(月)	しらすおにぎり	じゃこゆかりおにぎり
17日(木)	りんごの甘煮	りんごカスタードトースト	18日(金)	マカロニきなこ	マカロニきなこ
22日(火)	トースト	ナゲットドック	24日(木)	蒸しパン	あんクリームクラッカー