



12月の給食だより



12月の献立表

日/月	未満児おやつ	副	食	3時のおやつ
月 10	みかん缶	けんちん汁 トマトの和え物		ミルク バナナ・せんべい
火 11(水) 25	お茶 丸ボーロ	魚の小判揚げ・ミニサラダ 油揚げとニラのスープ		お茶 洋風いりもち
水 12 26	牛乳 プチシュークリーム	栄養きんぴら ひじきとキャベツのサラダ		牛乳 甘食
木 13 27	まがりせんべい	ハッシュドビーフ りんごドレッシングサラダ		ミルク パッペンチョコ
金 14(土) 28	牛乳 動物ビスケット	味噌おでん ほうれん草の白和え		フルーツポンチ
土 15 29	バナナ	血うどん 野菜ジュース		牛乳 パン
月 3 17 31	お茶 キャラメルコーン	ポテトときのこのミルクスープ わかめときゅうりのごま和え		ミルク コーン卵焼き
火 4 18	牛乳 クッキー	魚のりんごソースかけ 人参のごま和え・じゃが芋の味噌汁		みかん ピコラ
水 5 (木) 19	白い風船	しらす干しの卵とじ キャベツときゅうりの昆布和え		ミルク 野菜かりんどう
木 6 20	牛乳 ビスコ	南瓜のそぼろ煮 もずくの酢の物		お茶 きな粉団子
金 7 21	もも缶	鶏の唐揚げ・マカロニサラダ ほうれん草のかきたま汁		牛乳 カスタードケーキ
土 8 22	お茶 ミニサラダ	味噌煮込みうどん みかん		牛乳 パン

*都合により献立を変更する場合があります。

平成30年12月1日
とほく認定こども園

おいしい行事食



6月の田植え、10月の稲刈りを経て、脱穀に取り掛かります。手作業だと大変ですが、炊き立てのご飯を楽しみに...



庄内町で芋ほりを体験しました。大きな芋に歓声を上げて掘り上げていきます。お家でどんな料理になるか楽しみ



バイキングはきのご飯や秋鮭のムニエルなど。ご飯のおいしい時期に嬉しいメニューです。何回もおかわりしていました。



毎日食べる料理にどんな食材が使われているのか、箱の中の食材のパネルを使い、どんな料理に変身するのか楽しく想像してみました。



食物は体の中であって、いくのか絵本の模型を使い、よく噛まないとい...食道に詰まったり、胃が苦しくなったり...実際の模型も使い、腸の長さにびっくりしました。

お誕生会のメニュー

12月11日(火)

ケチャップライス

チキンナゲット

コールスローサラダ

コーンスープ

牛乳・チーズ蒸しパン

未満児：425kcal

以上児：541kcal

バイキングのメニュー

12月5日(水)

ホットドッグパン

ローストチキン

ポテトサラダ

ミネストローネスープ

ソーセージステーキ

未満児：358kcal

以上児：471kcal

お弁当の日

12月14日(金)



冬至とは...

冬至は一年で昼が最も短い日です。冬至にはゆず湯に入り、かぼちゃを食べる風習があります。ゆず湯は血行が良くなり体が温まるため、風邪を防ぎ皮膚を強くする効果があるそうです。かぼちゃはビタミンEやβカロテンが豊富で肌や粘膜を丈夫にし、感染症などに対する抵抗力をつけることができ、冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかないと言われ、また、美肌効果の高い食材です。(今年は12月22日です。)