

12月の給食だより



平成30年12月1日
とぼく認定こども園

あそびいじゅく認定こども園



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：4.25 kcal
以上児：5.41 kcal

日／月	未満児おやつ	副 食	3時のおやつ
月 10	みかん缶	けんちゃん汁 トマトの和え物	ミルク バナナ・せんべい
火 25	お茶 丸ボーロ	魚の小判揚げ・ミニサラダ 油揚げヒニラのスープ	お茶 洋風いり粉もち
水 12	牛乳	栄養きんぴら ひじきとキャベツのサラダ	牛乳 甘食
木 26	ブッシュケーラーム	ハッシュドビーフ りんごドレッシングサラダ	ミルク パックンチョ
金 13	まがりせんべい		
木 27	牛乳	味噌おでん (ほうれん草の白和え)	フルーツポンチ
金 28	動物ビスケット		
土 1		皿うどん 野菜ジュース	牛乳 バ
土 15	バナナ		
土 29			
月 3	お茶	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
月 17	キャラメルコーン		
月 31			
火 4	牛乳	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
火 18	クッキー		
水 5 (火)	牛乳	しらす干しの卵ビビ キャベツときゅうりの昆布和え	ミルク 野菜かしんとう
水 19	白い風船		
木 6	牛乳 ビスコ	南瓜のそぼろ煮 もずくの酢味の物	お茶 きな粉団子
木 20			
金 7	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 カスタードオーナー
金 21			
土 8	お茶 ミニサラダ	味噌煮込みうどん みかん	牛乳 バ
土 22			

冬至とは・・・

冬至は一年で最も短い日です。冬至には必ず湯に入り、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。)



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…。



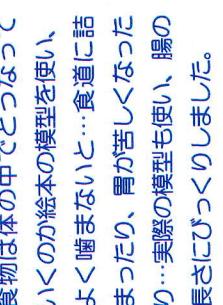
庄内町で芋ほりを体験しました。大きな芋に歓声を上げて掘り上げていきます。お家でどんな料理になるか楽しみ



バイキングはきのこ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。



食物は体の中はどうなっていくのか絵本の模型を使い、よく噛まないと…食道に詰まつたり、胃が苦しくなつたり…実際の模型も使い、腸の長さにびっくりしました。

12月14日(金)



お弁当の日

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 ソーセージソテー 未満児：3.58 kcal 以上児：4.71 kcal



*都合により前立を変更する場合があります。