



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	2 牛乳	春雨汁		ミルク
	16 こつぶっこ	ツナサラダ		みかん・クッキー
	30			
火	3 お茶	味噌おでん		牛乳
	17(義) 31 せんべい	プロッコリーの中華和え	(31日)	ミニマドレーヌ
水	4 りんご	魚の竜田揚げ・きゅうりとキャバツの酢の物		牛乳
	18	豆腐ともずくのスープ		チーズ蒸しパン
木	5 牛乳	マーボー豆腐		ミルク
	19 ソフトクッキー	三色酢の物	(30日)	野菜かりんとう
金	6 お茶	オーロラ煮		フルーツバラダイス
	20(非) えびせん	小松菜のサラダ風おひたし		
土	7 バナナ	味噌煮込みうどん		牛乳
	21	オレソメジュース		パン
月	9 牛乳	ゴマ汁		お茶
	23 動物ビスケット	ひじきのナムル		お好み焼き
火	10 みかん缶	鶏の唐揚げ		牛乳
	24	スパゲティサラダ・ほうれん草のかき玉汁		カスタードケーキ
水	11(休) お茶	五目炒り卵		ミルク
	25 まがりせんべい	トマトの和え物		りんご・ココナッツサブレ
木	12 牛乳	ポークカレー		お茶
	26 スティックパン	キャロットサラダ		白玉ぜんざい
金	13 お茶	魚のリンゴソースかけ		牛乳
	27 おとつと	人参のごま和え・じゃが芋の味噌汁		ジャムサンド
土	14 ゴマせんべい	カルボナーラ風スパゲティ		牛乳
	28	みかん		パン

*都合により献立を変更する場合があります。



お誕生会のメニュー

12月17日(火)
サンドイッチ
チキンナゲット
オニオンスープ
みかん

未満児：450kcal
以上児：376kcal

バイキングのメニュー

12月11日(水)
ケチャップライス
ローストチキン
ポテトサラダ
コンソメスープ
未満児：408kcal
以上児：533kcal

お弁当の日

12月20日(金)



令和元年12月1日
とほく認定こども園

おもしろい行事・イベント



さつま芋の収穫。大きなお芋に大喜び。さあ、おうちに持ち帰りどんな料理になるのかな？

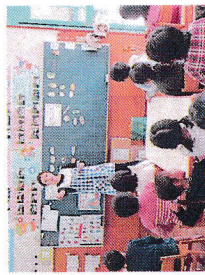
バイキングは季節の食材を使います。季節の演出もあり楽しい雰囲気も作ります。



稲刈り後の脱穀。割りばしに稲穂を挟み脱穀します。この後一生瓶の中で粳すりの過程を経てやっとお米に…大変です。



昆布、椎茸などの乾物を水で戻すと元の姿という食材の変化と昔の人の知恵と伝統に興味を持つお話。



秋・冬の旬の野菜や魚について、白黒とカラーの断面図を見比べて、食材の名前や栄養を知り、その日の給食から旬のものを採りました。

冬至の意味とかぼちゃの効能

・冬至は昼の時間が最も短く太陽の力が最も弱まる日です。この日を境に太陽の力が甦ってくとされ、冬至を境に運が向いてくると古くから祝祭が盛大に行われてきました。
現代ではかぼちゃを食べる日としか認識されていないかもしないで、子供たちに改めて知らせていきたいです。冬至にかぼちゃを食べるようになったのは、保存がきいて栄養のあるかぼちゃを食べるという知恵でした。ビタミン A やカロテンが豊富なので理にかつていることです。