

給食だより 令和3年度 12月号 同胞保育園

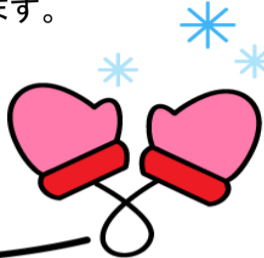
朝・夕の空気もすっかりと冷え、寒さの厳しい季節になってきました。12月は子どもたちが大好きなクリスマス、年末には餅つき大会も予定しています。気温差も激しく、風邪を引きやすい時期ですが、からだの温まる食事で寒さを乗り越え、年末年始を楽しく過ごしましょう！



冬至(12月22日)について

冬至は一年で一番昼が短い日です。この日をさかいに日が長くなるので「太陽の力が復活する日」という意味だそうです。この日になんきん(かぼちゃ)、れんこんなど「ん」のつく食べ物を食べると、「運をよぶ」という言い伝えもあります。また「ゆず湯」に入ると病気にならないとも言われています。

給食では、12月21日に「れんこんのきんぴら」「かぼちゃの味噌汁」を提供します。



- 12月17日はお誕生会のため、白ごはんは入りません。
- 12月28日はもちつき大会です。おこわを提供しますので、白ごはんは入りません。



以上児クラスでクッキングをしました。

さくら組
『お弁当』



こすもす組『スイートポテト』



ゆり組『クレープ』



	昼食	午後のおやつ		昼食	午後のおやつ
1 水	鮭の変わり焼き キャベツのコママヨ和え さけ キャベツ ブロッコリー にんじん ささみ きゅうり 中華風コーンスープ コーン たまご ぶかねぎ たまねぎ	牛乳 ★フルーツポンチ	16 木	魚の蒲焼き風 もやしの三杯酢和え しろみさかな もやし にんじん ｺｰﾝ キャベツ きゅうり すまし汁 とうふ だいこん しめじ みつば	牛乳 ★じゃこトースト
2 木	チャンジャオロースー ぶたにく ビーマン たけのこ たまねぎ にんじん じゃがいも にんにく スーミータン たまご ハム たまねぎ コーン しいたけ パセリ	牛乳 ★きなこ 蒸しケーキ	17 金	お誕生会 チキンライス フライドポテト ツナサラダ オニオンスープ 照り焼きチキン 果物	
3 金	魚の照り焼き ビーフソテー しろみさかな しょうが ｻｰﾈ ぶたにく ほうれんそう たまねぎ たけのこ ｻｰﾈ 船場汁 さけ とうふ だいこん さといも にんじん ごぼう しいたけ こんにゃく ねぎ	牛乳 青のりポテト	18 土	チャンポン めん ぶたにく えび いか キャベツ にんじん たまねぎ もやし ｺｰﾝ きくらげ はねぎ シューマイ しゅうまい	牛乳 チーズ ビスケット
4 土	焼きそば めん ぶたにく ウィナー たまねぎ にんじん キャベツ ｻｰﾈ 味噌汁 じゃがいも たまねぎ えのき わかめ	麦茶 ★おにぎり	20 月	シーフードカレー ﾋﾞｰ ｲｶ ｻｰﾈ じゃがいも にんじん たまねぎ グリンピース エッグサラダ たまご にんじん きゅうり レタス カニカマ	牛乳 ★ポパイケーキ
6 月	中華丼 ぶたにく いか かまぼこ はくさい にんじん たまねぎ しいたけ チンゲンさい もやしのナムル たまご もやし きゅうり にんじん きくらげ	牛乳 ★ぶかし芋	21 火	魚の味噌焼き レンコンのきんぴら しろみさかな ごぼう にんじん しらたき れんこん ちくわ さやいんげん 味噌汁 かぼちゃ だいこん しめじ ねぎ	牛乳 バナナ おからかりんとう
7 火	チキンときのこのトマト煮込み とりにく しめじ しいたけ マッシュルーム じゃがいも たまねぎ にんじん えだまめ 吉野汁 だいこん にんじん とうふ ごぼう こんにゃく はねぎ	牛乳 メロンパン	22 水	クリスマス会 ハンバーグ・ポテトサラダ コーンポタージュスープ・ゼリー	
8 水	鮭のクリームシチュー さけ じゃがいも にんじん たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー ｺｰﾝ ごぼうサラダ ごぼう にんじん きゅうり キャベツ かにかま	牛乳 ミニたい焼き	23 木	豚肉の生姜焼き レタスと卵のサラダ ぶたにく たまねぎ キャベツ レタス きゅうり たまご ツナ トマト 味噌汁 えのき とうふ ねぎ	牛乳 ★豆腐ドーナツ
9 木	鶏肉のマーメイド焼き キャベツのこま酢和え とりにく キャベツ もやし きゅうり ちくわ にんじん 豚汁 さといも ぶたにく たまねぎ だいこん にんじん こんにゃく ごぼう ねぎ	牛乳 ★チーズ蒸しパン	24 金	鯖の竜田揚げ だいこんサラダ しろみさかな しょうが だいこん ｺｰﾝ にんじん ｻｰﾈ もやし きゅうり けんちん汁 とりにく とうふ ごぼう だいこん にんじん さといも はねぎ	牛乳 ★フルーツ杏仁
10 金	メンチカツ ブロッコリーの和え ぶたにく ブロッコリー にんじん コーン ツナ キャベツ あおさ汁 あおりのり とうふ えのき	牛乳 ココアワッフル	25 土	わかめうどん めん たまご にんじん さつまあげ たまねぎ わかめ ねぎ がね天 さつまいも かぼちゃ ごぼう にんじん	麦茶 ★おにぎり
11 土	ミートスパゲティ ぎゅうにく ぶたにく たまねぎ にんじん マッシュルーム チーズ グリンピース コンソメスープ キャベツ にんじん わかめ ベーコン	麦茶 ヨーグルト パイ	27 月	ハヤシライス ぎゅうにく じゃがいも たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ミモザサラダ ﾌﾞﾚｯｸﾞ ｷｰﾍﾞｯﾄﾞ にんじん きゅうり ﾈｷ たまご	牛乳 ★ココア フィナンシェ
13 月	大豆入りマーボー丼 だいず とうふ ぶたにく しいたけ たまねぎ にんじん グリンピース 春雨の酢の物 はるさめ にんじん きゅうり ｺｰﾝ かにかま	牛乳 ★りんごとお芋の ケーキ	28 火	もちつき大会 五目おこわ おろし煮 ひじきの炒め煮	
14 火	鶏肉のレモン風味揚げ 切り干し大根のサラダ とりにく きりぼしだいこん ほうれんそう にんじん コーン すまし汁 あつあげ たまねぎ えのき はねぎ	牛乳 ★ロールサンド	29 水	すき焼き風 ぎゅうにく はくさい しめじ にんじん しらたき しいたけ あつあげ ぶかねぎ すまし汁 だいこん にんじん ほうれんそう	牛乳 今川焼き
15 水	鮭の素焼き 青菜のお浸し さけ もやし にんじん ほうれんそう こまつな ｺｰﾝ 呉汁 だいず かぼちゃ だいこん たまねぎ うすあげ ねぎ にんじん	麦茶 ★りんご ヨーグルト	30 木	愛情弁当 ※ご家庭で調理したお弁当の持参を お願いいたします。	牛乳 豆乳プリン せんべい

31日は休園日です。

