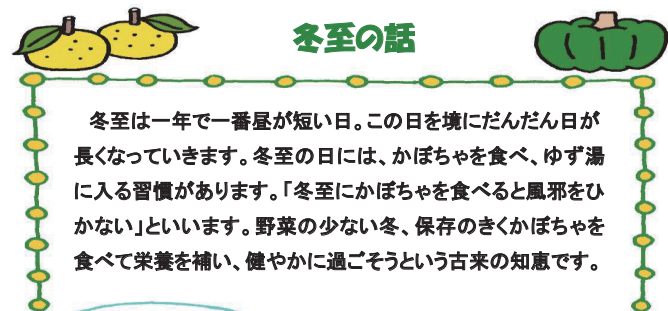




平成 28 年 12 月 1 日 豊間根保育園



冬至は一年で一番昼が短い日。この日を境にだんだん日が長くなっていきます。冬至の日には、かぼちゃを食べ、ゆず湯に入る習慣があります。「冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかない」といいます。野菜の少ない冬、保存のきくかぼちゃを食べて栄養を補い、健やかに過ごそうという古来の知恵です。

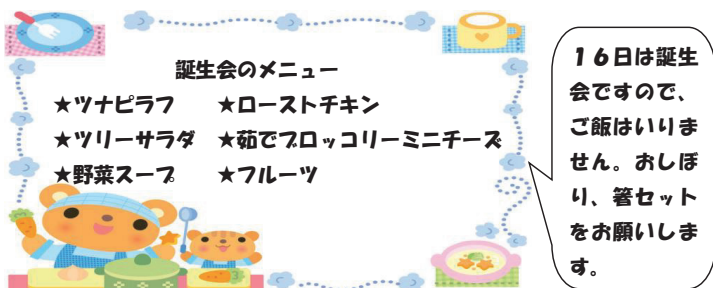


もちつき会があります

一年を無事に過ごせたことに感謝して、22日に園でもちつき会を予定しています。子供たちは、臼ときねを使ってもちつきを行います。あんもち、きな粉もち、磯部もちの三種類を食べます。楽しみですね。



今月のカミカミメニュー: 筑前煮・えびのかき揚げ・レンコンサラダ・ストーンクッキー



誕生会のメニュー
★ツナピラフ ★ローストチキン
★ツリーサラダ ★茹でブロッコリーミニチーズ
★野菜スープ ★フルーツ

16日は誕生会ですので、ご飯はいりません。おしぼり、箸セットをお願いします。

- ※ お箸セット、おしぼりは毎日きれいにしてお持ちください。
- ※ 食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。
- ※ 「全園児おやつ」の欄の☆印は手作りおやつの日です。

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食	全園児午後のおやつ	栄養価	
			全 園 児		未満児	以上児
1	木	麦茶・ウエハース	鶏肉のつくね焼き・シルバーサラダ・トマト・味噌汁・果物	牛乳・せんべい	453	560
2	金	牛乳・クッキー	炒り豆腐・キャベツのごまサラダ・ちくわの磯部揚げ・味噌汁・果物	牛乳★黒ごまケーキ	682	716
3	土	ヨーグルト	ハヤシライス・スープ・果物 (つくし組参観日)	麦茶・お菓子		
4	日					
5	月	牛乳・たべっこ動物	鮭の照り焼き・ビーフンソテー・枝豆・味噌汁・果物	ヨーグルト・ウエハース	421	439
6	火	ジュース・せんべい	五目厚焼き卵・レンコンサラダ・かぼちゃ煮・鮭のすり身汁・果物	牛乳・ビスケット	482	514
7	水	牛乳・ブリッツ	鶏肉のマーメレード焼き・スパゲッティソテー・茹でブロッコリー・スープ・果物	牛乳・バームクーヘン	490	522
8	木	麦茶・クラッカー	筑前煮・春雨サラダ・さつま芋の天ぷら・味噌汁・果物	牛乳★ストーンクッキー	542	627
9	金	牛乳・ビスケット	スコッチエッグ・三色コールスロー・トマト・味噌汁・果物	ジョア★苺のパウンドケーキ	612	650
10	土	ヨーグルト	中華丼・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
11	日					
12	月	牛乳・ビスコ	サバのカレー焼き・中華サラダ・トマト・味噌汁・果物	牛乳・かりんとう	477	501
13	火	ジュース・サブレ	和風ハンバーグ・シーフードスパゲッティ・ツナ和え・スープ・果物	ジョア★チョコ蒸しパン	689	773
14	水	牛乳・ハーベスト	タラの洋風焼き・和風サラダ・枝豆・味噌汁・果物	牛乳・せんべい・カミカミ昆布	470	464
15	木	牛乳・ウエハース	カレーライス・フレンチサラダ・ポイルウインナー・スープ・果物	★フルーツヨーグルト	534	595
16	金	麦茶・クッキー	誕 生 会	牛乳・アンパンマンパン	502	545
17	土	ヨーグルト	親子丼・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
18	日					
19	月	牛乳・たべっこ動物	千草焼き・切干大根煮・枝豆・クリームシチュー・果物	ジョア・ドーナツ	530	559
20	火	ジュース・せんべい	えびのかき揚げ・春雨ソテー・ほうれん草のごま和え・味噌汁・果物	牛乳・パイ菓子	470	499
21	水	牛乳・ブリッツ	鶏肉の竜田揚げ・かぼちゃサラダ・トマト・味噌汁・果物	ジュース★デコレーションケーキ	605	682
22	木	牛乳・クラッカー	三種もち(あんこ・きな粉・磯部)・豚汁・果物	プリン・ウエハース	368	460
23	金		天 皇 誕 生 日			
24	土	ヨーグルト	カレーライス・牛乳・果物	麦茶・お菓子		
25	日					
26	月	ミニジュース・ビスケット	シューマイ・スパゲッティサラダ・枝豆・味噌汁・果物	牛乳★フレックファッジ	583	642
27	火	牛乳・ビスコ	おかめうどん・ポイルウインナー・五目納豆・果物	牛乳・ミニクロワッサン	604	660
28	水	麦茶・サブレ	スパニッシュオムレツ・マカロニサラダ・トマト・味噌汁・果物	ミニジュース・せんべい	434	524
29	木					
30	金					
31	土					