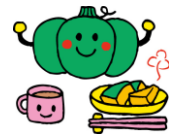




# 12月給食だより



平成27年12月1日

ちどり保育園

日曜日	給食献立表	9時のおやつ	3時のおやつ
1 火	豚肉と厚揚げの中華炒め しゅうまい もずくスープ	牛乳 動物ビスケット	牛乳 ぽんすけのり味
2 水	筑前煮 小松菜の和え物 納豆	牛乳 シガーフライ	牛乳 マカロニアベかわ
3 木	魚の南蛮漬け グリーンポテト みそ汁	牛乳 マンナ	牛乳 ビタミンクッキー
4 金	大豆入りカレーシチュー 大根サラダ みかん	牛乳 バナナ	牛乳 ふかし芋
5 土	いなかうどん バナナ	牛乳 こんがりさくさく	牛乳 かつぱえびせん
7 月	うま煮 ほうれん草の白和え ウィンナー りんご	牛乳 ビスコ	牛乳 小魚アーモンド ほかうけ
8 火	鶏肉の中華風照り煮 ひじきとちりめんの中華サラダ トマト	牛乳 ムーン	牛乳 チーズ ハードビスケット
9 水	すいとん カリフラワーの甘酢味 小魚佃煮	牛乳 チョイス	牛乳 りんごのフレンチトースト
10 木	鶏の唐揚げ スパゲティソース ブロッコリーのごま和え	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 米粉のセサミスティック
11 金	豚丼 キャベツの和え物 漬物	牛乳 ジャムサンド	牛乳 カールうす味
12 土	4・5歳生活発表会(簡易給食) パン ジュース 魚ソーセージ バナナ		
12 土	二色サンド 白菜の豆乳スープ バナナ	牛乳 ソフトカステラ	牛乳 チョイス
14 月	高野豆腐の五目煮 切り干し大根の和え物 手作りふりかけ ウィンナー	牛乳 バニラクラッカー	牛乳 豆腐ドーナツ
15 火	豚肉と厚揚げの中華炒め しゅうまい もずくスープ	牛乳 動物ビスケット	牛乳 ポンスケのり味
16 水	かぼちゃコロッケ フレンチサラダ 焼きのり すまし汁	牛乳 シガーフライ	牛乳 バナナケーキ
17 木	魚の南蛮漬け グリーンポテト みそ汁	牛乳 マンナ	牛乳 ビタミンクッキー
18 金	大豆入りカレーシチュー 大根サラダ みかん	牛乳 バナナ	牛乳 ハッピーターン
19 土	いなかうどん バナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 マリー
21 月	魚の西京焼き 五目和え 煮豆 すまし汁	牛乳 アンパンマンビスケット	牛乳 さつま芋のスティック揚げ
22 火	鶏肉の中華風照り煮 ひじきとちりめんの中華サラダ トマト	牛乳 こんがりさくさく	牛乳 クリスマスケーキ
24 木	クリスマスリースランチ コーンクリームスープ みかん	牛乳 シガーフライ	牛乳 小魚 ハーベスト
25 金	おもちつき 煮込みうどん みかん	牛乳 おもち	牛乳 ぜんざい
26 土	二色サンド 白菜の豆乳スープ バナナ	牛乳 ムーン	牛乳 ミニサラダ
28 月	そぼろ丼 きゅうりとキャベツのゆかり和え 桃缶	牛乳 ベじたべる	牛乳 バナナケーキ

**ぱんだ、きりん、らいおん組はお米2合を10日(木)までに持ってきて下さい。**

※ぱんだ、きりん、らいおん組は、24日(木)～28日(月)まで白ご飯はいりません。

食べこよみ

## 大みそかに年越しそば

年越しそばは、江戸時代中期からの習慣といわれています。そばのように細く長く達者で暮らせることを願い、食べられてきたそうです。またそばは切れやすいことから、今年の悪いことは切り捨て、新年に持ち越ししたくないという思いや、やせた土地でも力強く育つそばにあやかりたいの思いから、ともいわれています。大みそかに昔の人たちがそばに込めた思いを、子どもに話してみてもよいですね。



## 冬至の話

冬至は、1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ね。「冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかない」と聞いたことはありませんか。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。ゆず湯に入るのも、血行が促進され、体が温まるからです。こうしたすばらしい知恵を、子どもたちにも伝えていきましょう。

