



12月 給食献立表



築港ちどり保育園 平成29年12月1日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	金	牛乳 リッツ	カレーシチュー、大根サラダ、バナナ	牛乳 れんこんチップス 白かりんとう
2	土	牛乳 ビスケット	五目うどん、小魚のり味、オレンジ	牛乳 ビスケット
4	月	牛乳 ソフトカステラ	豚肉の生姜炒め、切り干大根の酢の物、パイン缶 (3未加算) 菜めし	牛乳 ココアクッキー
5	火	牛乳 バナナ	さわらの西京焼き、れんこんと厚揚げのきんぴら、すまし汁	牛乳 おさつスナック
6	水	牛乳 ぱくっとサンド	ポークビーンズ、花野菜のサラダ、手作りふりかけ、みかん	牛乳 じゃこおにぎり
7	木	牛乳 カンパン	焼きかぼちゃコロッセ、フレンチサラダ、小松菜納豆	牛乳 焼きそば
8	金	牛乳 リッツ	親子丼、青菜とちりめんのあえもの、バナナ	牛乳 バニラクリームクラッカー 小魚
9	土		すずらん・ひまわり組 生活発表会(パン・ジュース・みかん)	
11	月	牛乳 ソフトカステラ	みそけんちん汁、白菜のごまあえ、ウインナー、焼きのり、オレンジ	牛乳 豆乳バナナケーキ
12	火	牛乳 アンパンマンビスケット	筑前煮、ほうれん草の白和え、シュウマイ	牛乳 つぶつぶベジタブル
13	水	牛乳 ぱくっとサンド	タンダリーチキン、スパゲティソテー、ブロッコリーの塩ゆで	牛乳 おでん
14	木	牛乳 玄米パフ	鮭のおろしあんかけ、干草あえ、みそ汁	牛乳 チーズパインサンド
15	金	牛乳 リッツ	五目うどん、みかん	牛乳 ぜんざい
16	土	牛乳 ビスケット	焼きビーフン、かぶのスープ、バナナ	牛乳 ビスケット
18	月	牛乳 ソフトカステラ	豚肉の生姜炒め、切り干大根の酢の物、もも缶 (3未加算) 菜めし	牛乳 ココアクッキー
19	火	牛乳 バナナ	さわらの西京焼き、れんこんと厚揚げのきんぴら、すまし汁	牛乳 おさつスナック
20	水	牛乳 ぱくっとサンド	クリスマスリースランチ、豆乳のコーンクリームスープ、みかん	牛乳 雪の宿
21	木	牛乳 カンパン	筑前煮、ほうれん草の白和え、シュウマイ	牛乳 じゃこおにぎり
22	金	牛乳 リッツ	カレーシチュー、大根サラダ、みかん	牛乳 クリスマスケーキ
25	月	牛乳 ソフトカステラ	みそけんちん汁、白菜のごまあえ、ウインナー、焼きのり、パイン缶	牛乳 豆乳バナナケーキ
26	火	牛乳 アンパンマンビスケット	焼きかぼちゃコロッセ、フレンチサラダ、小松菜納豆	牛乳 つぶつぶベジタブル
27	水	牛乳 ぱくっとサンド	タンダリーチキン、スパゲティソテー、ブロッコリーの塩ゆで	牛乳 ホームパイ・チーズ
28	木	牛乳 ビスケット	お弁当の日	牛乳 ビスケット

冬至にかぼちゃを食べましょう

冬至とは…

1年のうちで、もっとも昼が短く、もっとも夜が長い日のことを、冬至といいます。この日を境に、だんだんと昼が長くなっていきます。昔から冬至には、ゆずを入れた風呂(ゆず湯)に入ったり、かぼちゃや、れんこんやにんじんなどの「ん」のつく食べ物を食べたりする習慣があります。ゆず湯やかぼちゃなどを食べることで、かぜをひかなくなるなどがいわれています。

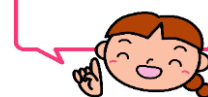


12月献立～ 小松菜納豆(4人分)

【材料】
 納豆 90g
 小松菜 140g
 ちりめん 12g
 しょうゆ 小さじ1弱

【作り方】
 ①小松菜はゆでて、水にさらし、1cm長さに切り水気を絞る。ちりめんは、湯通しする。
 ②納豆をよくまぜてから、①を加えて混ぜ合わせ、しょうゆで調味する。

保育園の定番の味



すずらん組、ひまわり組、さくら組の保護者の方へ
 ごはん忘れの方は、お米を60g持って来て下さい。

