

2021. 12月 給食献立表

田町保育園

日	献立	3歳未満児 10時おやつ	15時おやつ
1	水 三色丼 粕汁 ごぼうサラダ 金時豆煮 バナナ	味しらべ	さつま芋クラスク 牛乳
2	木 ロールパン 芋スープ ミートローフ 水菜サラダ グレープフルーツ	カルシウム ウエハース	五平もち 牛乳
3	金 さつま芋ごはん 大根みそ汁 豆腐五目揚げ キャベツ酢の物 オレンジ	マリー	ブルーベリーケーキ 牛乳
4	土 < 簡単給食 >		
5	日		
6	月 麦ごはん えのきすまし汁 鶏もろみ焼き そうめんサラダ りんご	白い風船	ミニアメリカンドッグ 牛乳
7	火 ふりかけごはん 白菜スープ カレーコロッケ 大根しらす和え みかん	野菜せんべい	リッツサンド 牛乳
8	水 雑穀ごはん 麩すまし汁 鮭コーンマヨ焼き ほうれん草浸し グレープフルーツ	ぱりんこ	スイートプール 牛乳
9	木 しょうがツナごはん しめじみそ汁 高野豆腐肉詰め煮 チンゲン菜ごま和え バナナ	カルシウム せんべい	ヨーグルトケーキ 牛乳
10	金 サンドイッチ ポークビーンズ ひじきサラダ オレンジ 牛乳	五穀ビスケット	きなこおむすび
11	土 チキンライス 白菜クリーム煮 さつま芋マヨ和え りんご	ポーロ	菓子
12	日		
13	月 刻み昆布ごはん もやしみそ汁 松風焼き 春雨サラダ グレープフルーツ	味しらべ	まんじゅう 牛乳
14	火 コーンライス たまごスープ 揚げぎょうざ野菜あんかけ マカロニサラダ オレンジ	カルシウム ウエハース	スイートポテト 牛乳
15	水 ほうれん草そぼろあんかけうどん レバーケチャップ煮 キャベツ昆布和え バナナ	マリー	シュガートースト 牛乳
16	木 ゆかりごはん おでん かみかみサラダ みかん	白い風船	りんごクッキー 牛乳
17	金 麦ごはん 団子汁 さんま蒲焼き 白和え りんご	野菜せんべい	フルーツゼリー 牛乳
18	土 < お弁当の日 >		
19	日		
20	月 黒豆おこわ 肉じゃが 大根酢の物 チーズ グレープフルーツ	ぱりんこ	ココアサンド 牛乳
★21	火 赤飯 千切り野菜スープ 鮭フライタルタルソースがけ かぼちゃサラダ りんご	鉄ウエハース	フルーツオムレット 牛乳
★22	水 たくあんごはん 貝だくさん汁 鶏ゆず照り焼き ほうれん草ごまマヨ和え ひじき煮 オレンジ	白い風船	かぼちゃもちみたらしあん 牛乳
★23	木 🎄クリスマスお楽しみメニュー🎄	星たべよ	クリスマスケーキ ココア
24	金 雑穀ごはん ごぼうみそ汁 ポークケチャップ キャベツゆかり和え りんご	マリー	水ようかん 牛乳
25	土 のり佃煮ごはん 親子煮 もやし和え物 グレープフルーツ	ポーロ	菓子
26	日		
27	月 しょうゆラーメン ウィンナー野菜サラダ オレンジ	味しらべ	黒ごまチーズボンデケーキ 牛乳
28	火 ちらし寿司 かまぼこすまし汁 さばみそ煮 小松菜和え物 フルーツ	カルシウム ウエハース	プリン
29	水		
30	木		
31	金		

* 行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承下さい。
* 3歳未満児の10時のおやつにはスキムミルクが付きます。



行事食

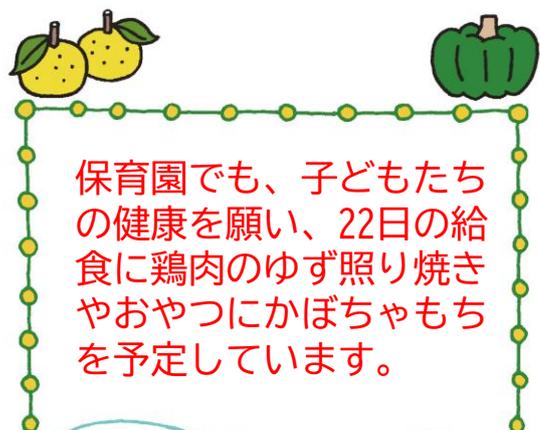
★21日(火)	お誕生会
★22日(水)	冬至メニュー
★23日(木)	クリスマスメニュー



★冬至とは、一年で最も昼が短くなる日です。
日本では、昔から冬至にかぼちゃを食べ、ゆず湯に入ると健康に良いといわれています。

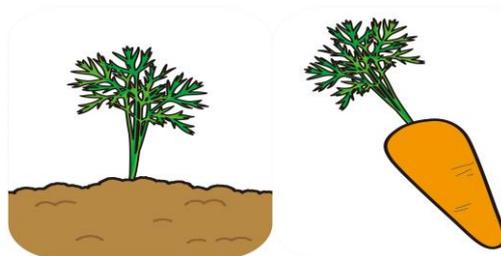
★かぼちゃには、ビタミンが含まれているので、ビタミン不足になりがちなこの時期にはぴったりの食材です。

★ゆず湯はゆずの強い香りで邪気を払うといわれており、ゆずの成分が、血行を促進し、身体を温めて風邪を予防してくれます。



皆さんは、このイラストが何の野菜の葉っぱか分かりますか？
正解はにんじんの葉っぱになります。

★先日、2歳児クラスでこの葉っぱは何の野菜か分かるかな？とクイズをしました。葉っぱだけでは、分からないかなとヒントも用意していたのですが、葉っぱを見ただけですぐに答えが分かっていたびっくりしました。



★なかなか食材そのものに触れることが減ってきている今だからこそ食育として、子ども達にいろいろな食材に触れる機会を大切にしていきたいと思っています。