



12月給食献立表



平成30年度
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	土	牛乳 ビスケット	4・5歳生活発表会(パン・りんごジュース・ソーセージ・みかん) ドライカレー バナナ	牛乳 ビスケット
3	月	牛乳 ココナッツサブレ	豚肉と厚揚げの味噌炒め 粉ふきいも ウインナー りんご 3未 磯の香ごはん	牛乳 セサミスティック
4	火	牛乳 あげせん	鮭の塩焼き ほうれん草の白和え すまし汁	牛乳 梅ちりおにぎり
5	水	牛乳 こんがりサクサク	筑前煮 小松菜納豆 しゅうまい もも缶	牛乳 豆乳もち
6	木	牛乳 バナナ	かぼちゃコロッケ ごま塩サラダ わかめスープ	牛乳 カール
7	金	牛乳 ホームパイ	大豆入りカレーシチュー 大根サラダ みかん	牛乳 小魚の甘辛 ギンビス3未 牛乳 小魚アーモンド ギンビス3上
8	土	牛乳 ビスケット	五目みそうどん 青菜とちりめんのおかか和え バナナ	牛乳 ビスケット
10	月	牛乳 エースコイン	すきやき煮 キャベツとわかめの酢の物 焼きのり パイン缶	牛乳 りんごケーキ
11	火	牛乳 ルヴァン	豚肉のマーメレード炒め ブロッコリーの塩ゆで かぶとお豆の豆乳スープ	牛乳 じゃがたこ焼き
12	水	牛乳 あんぱんビスケット	すいとん 青菜のおひたし 小魚佃煮 豆腐ナゲット	牛乳 小倉トースト
13	木	牛乳 コーンフレーク	魚のおろしあんかけ 千草あえ みそ汁	牛乳 チョイス
14	金	牛乳 シガーフライ	(2歳児参観日) 三色丼 キャベツのゆかり和え すまし汁 みかん	牛乳 チーズ ウエハース
15	土	牛乳 ビスケット	焼きビーフン 中華スープ バナナ	牛乳 ビスケット
17	月	牛乳 ココナッツサブレ	豚肉と厚揚げの味噌炒め 粉ふきいも ウインナー りんご 3未 磯の香ごはん	牛乳 サッポロポテト
18	火	牛乳 こんがりサクサク	(おもちつき) 五目みそうどん オレンジ	牛乳 ぜんざい
19	水	牛乳 バナナ	鮭の塩焼き ほうれん草の白和え すまし汁	牛乳 おかず蒸しパン
20	木	牛乳 あげせん	かぼちゃコロッケ ごま塩サラダ わかめスープ もも缶	牛乳 昆布 カール
21	金	牛乳 ホームパイ	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 おにぎりせんべい
22	土	牛乳 ビスケット	焼きそば 青菜とちりめんのおかか和え バナナ	牛乳 ビスケット
25	火	牛乳 ルヴァン	豚肉のマーメレード炒め ブロッコリーの塩ゆで かぶとお豆の豆乳スープ	牛乳 クリスマスケーキ
26	水	牛乳 あんぱんビスケット	すいとん 青菜のおひたし 小魚佃煮 豆腐ナゲット みかん	牛乳 野菜かりんとう
27	木	牛乳 コーンフレーク	魚のおろしあんかけ 千草あえ みそ汁	牛乳 チョイス
28	金	牛乳 ウエハース	高野豆腐入り親子丼 かぶの磯あえ しゅうまい	牛乳 シガーフライ

- ★ たんぽぽ・すみれ・あじさい組さんは、お米2合を8日までに持って来てください。
- ★ 袋には必ずクラス名(1組か2組も)、名前を大きくはっきりと書いてください。
- ★ アレルギーのある方は、給食、おやつとも除去食や代替食かで対応しています。



給食だより

健康なく食べ方
 子どもが摂取している糖質の量は食生活によって個人差があります。食べる物が違えば体の結成は異なります。砂糖は糖質しか含まれませんが、米にはたんぱく質をはじめ他の栄養素がたくさん含まれるため、筋肉量が増え、健康度があがります。



もちつき

昔はどこの家でも、年末にもちをつきねの音が響きわたっていました。もち(望)に通じ、物事が満ち足りたことを表します。正月、神仏にもちをそなえて、家族みんなが満足に、不幸な事がなく、希望がかなえられるようにと願うのが習わしでした。

