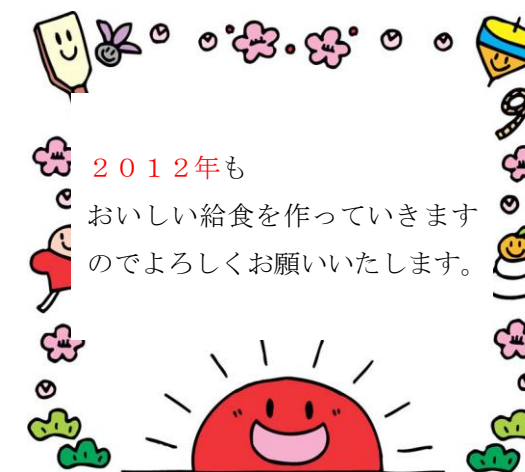


1月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田保育所 H24・1月

	月	火	水	木	金	土
昼食	2	3	4	5	6	7
午前のおやつ (もも、つくし組)						
午後のおやつ						
昼食	9	10	11	12	13	14
午前のおやつ (もも、つくし組)						
午後のおやつ						
昼食	16	17	18	19	20	21
午前のおやつ (もも、つくし組)						
午後のおやつ						
昼食	23	24	25	26	27	28
午前のおやつ (もも、つくし組)						
午後のおやつ						
昼食	30	31				
午前のおやつ (もも、つくし組)						
午後のおやつ						



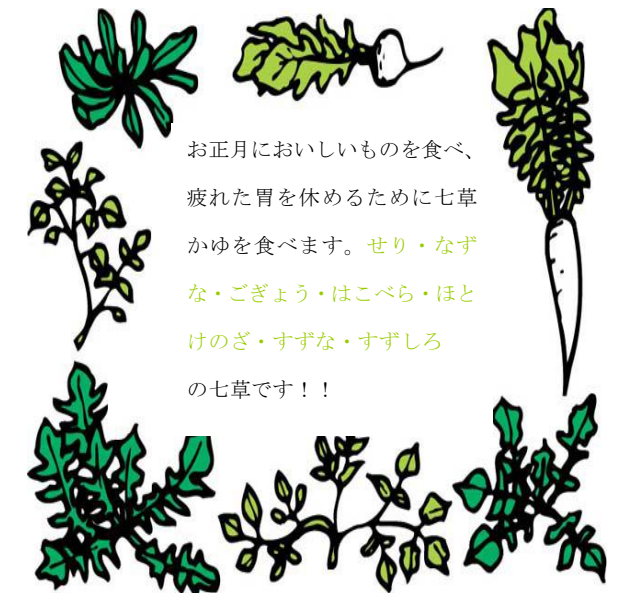
2012年も
おいしい給食を作っていきます
のでよろしくお願いたします。



クリスマスケーキ作り



さくら組子どもたちが楽しそうに作っていましたよ！
他のクラスの子たちはおやつで食べました。



お正月に美味しいものを食べ、
疲れた胃を休めるために七草
かゆを食べます。せり・なず
な・ごぎょう・はこべら・ほと
けのぎ・すずな・すずしろ
の七草です！！

★「お誕生会メニュー」 *都合により献立が変わる場合があります。
☆「かみかみ献立」

ぶり
ぶりは寒ブリと言って(12月～2月)がおいしい魚であり、この頃に多くとれる魚です。ぶりは成長とともに名前が変わる出世魚とされています。山陰では15cm(ワカナ)→40cm(メジロ)→60cm(ハマチ)→90cm以上(ぶり)と呼びます。

冬(12月～3月)の旬の食材
大根・かぶ・ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・白菜・小松菜・水菜・ほうれんそう・せり・にら・ぶり・あまだい・あんこう・かに・たこ・たら・かれい
みかん・いよかん・りんご

大根やかぶがおいしい季節、給食でもたくさん使います。生産者の方やお店の人に葉付をお願いして、持ってきてもらいます。葉にも栄養があり、味噌汁のねぎの代わりにしたり、おむすびに混ぜたり煮物にいれたりします。冷凍保存も可能で便利です！