

12がう 給食だより



かまどの日

	月	火	水	木	金	土
昼食					1 5分つきごはん・番茶 豆腐の味噌汁 魚のしょうが焼き もやしのごま酢和え	2 うずめ飯・番茶 厚揚げの味噌汁 れんこん金平
午前のおやつ (ちゅーりっぷ、もも、つくし組)					ころころおむすび	焼き南瓜
午後のおやつ					みたらし団子	茶むすび
昼食	4 納豆ごはん・番茶 大根の味噌汁 鶏のくわ焼き ほうれん草の白和え	5 5分つきごはん・番茶 寄せ鍋風汁 魚の梅焼き うのはな	6 5分つきごはん・番茶 さつま芋の味噌汁 すき焼き風煮 大根の酢物	7 5分つきごはん・番茶 わかめの味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 かぶの酢物	8 里いもごはん・番茶 かき玉汁 豆腐の味噌煮 白菜の酢物	9 5分つきごはん・番茶 すまし汁 煮魚 ひじきの酢物
午前のおやつ (ちゅーりっぷ、もも、つくし組)	焼きじゃが	ころころおむすび	豆の甘煮	ふかし芋	季節の果物	ころころおむすび
午後のおやつ	芋もち	きな粉おむすび	稲荷おむすび	大根おむすび	芋ようかん	のりおむすび
昼食	11 5分つきごはん・番茶 じゃが芋の味噌汁 ほんもろこのから揚げ ひじきと大豆の煮物	12 5分つきごはん・番茶 なめこの味噌汁 厚焼き卵 里芋の揚げからめ	13 炊き込みごはん・番茶 南瓜の味噌汁 魚の塩焼き 白菜の酢物	14 お弁当の日	15 5分つきごはん・番茶 豆腐の味噌汁 魚のしょうが焼き もやしのごま酢和え	16 うずめ飯・番茶 厚揚げの味噌汁 れんこん金平
午前のおやつ (ちゅーりっぷ、もも、つくし組)	ころころおむすび	ふかし芋	ころころおむすび	焼き芋	ころころおむすび	焼き南瓜
午後のおやつ	きな粉団子	ゆかりおむすび	ぜんざい	一口寿司	みたらし団子	茶むすび
昼食	18 納豆ごはん・番茶 大根の味噌汁 鶏のくわ焼き ほうれん草の白和え	19 5分つきごはん・番茶 豚汁 魚の梅焼き うのはな	20 5分つきごはん・番茶 さつま芋の味噌汁 すき焼き風煮 大根の酢物	21 5分つきごはん・番茶 わかめの味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 かぶの酢物	22 里いもごはん・番茶 かき玉汁 豆腐の味噌煮 白菜の酢物	23 発表会
午前のおやつ (ちゅーりっぷ、もも、つくし組)	焼きじゃが	ころころおむすび	豆の甘煮	ふかし芋	季節の果物	
午後のおやつ	芋もち	きな粉おむすび	稲荷おむすび	大根おむすび	芋ようかん	
昼食	25 ★5分つきごはん・番茶 じゃが芋の味噌汁 鶏のから揚げ ひじきと大豆の煮物	26 5分つきごはん・番茶 なめこの味噌汁 厚焼き卵 里芋の揚げからめ	27 炊き込みごはん・番茶 南瓜の味噌汁 魚の塩焼き 白菜の酢物	28 5分つきごはん・番茶 さつま芋の味噌汁 魚のから揚げ きゃべつの磯香和え	29	30
午前のおやつ (ちゅーりっぷ、もも、つくし組)	ころころおむすび	ふかし芋	ころころおむすび	焼き芋	ホリデー	
午後のおやつ	クリスマスケーキ	ゆかりおむすび	ぜんざい	寿司おむすび		



ごはんは5分つき米です。園に精米機があるので使う都度精米しています。

★「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。

保小中連携献立について

益田市保育研究会では、学校給食と連携して保育園から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みを実施しています。その取り組みの一つとしての保小中連携献立です。今月の連携献立は「ほうれん草の白和え」です。吉田こども園では、4日と18日の給食に出る予定です。



島根有機農業協会の米田様より、有機栽培の「ほうじ番茶」をいただきました！
しばらくこれを使います。

吉田こども園では第1・第3火曜日は「かまどの日」です。毎回火おこし当番さんと米とき当番さんが米ときや火おこしをし、かまどでご飯と味噌汁を作ります！味噌汁の具材も、こどもたちが自分で切りますよ！硬いさつま芋や人参なども上手に切っています。お当番さんたちは「かまどの日」に張り切って取り組んでいます☆

