

# 12月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田保育所 H26・12月

	月	火	水	木	金	土
昼食	1 ごはん 寄せ鍋風汁 魚のごまみそ焼き きゃべつの酢の物	2 ごはん なめこの味噌汁 豆腐の味噌煮 大豆とひじきの煮物	3 ごはん 厚揚げの味噌汁 魚の照り焼き 納豆和え	4 ごはん 白菜の味噌汁 真砂揚げ もやしのごま酢和え	5 ごはん かき玉汁 魚の梅焼き 白和え	6 白菜丼 じゃが芋の味噌汁 切干大根の煮物
	午前のおやつ (もも、つくし組) ころころおむすび	南瓜の煮物	焼き芋	黒豆煮	焼きじゃが	ころころおむすび
午後のおやつ	茶むすび	きな粉おむすび	焼きじゃが	ひじきおむすび	きな粉団子	わかめおむすび
昼食	8 ごはん さつま芋の味噌汁 とりのから揚げ 切干大根の酢の物	9 ごはん 米粉麺のすまし汁 五目豆 かぶの酢の物	10 いかめし 冬瓜の味噌汁 筑前煮 ほうれん草のごま和え	11 ごはん 豚汁 魚の塩焼き れんこん金平	12 ごはん 白菜の味噌汁 厚焼き卵 ひじきの酢の物	13 牛玉井 豆腐のくずし汁 大根の酢の物
	午前のおやつ (もも、つくし組) きなこ米粉麺	ころころおむすび	豆の甘煮	焼き南瓜	ふかし芋	季節のくだもの
午後のおやつ	たきこみおむすび	焼き芋	大根葉おむすび	かりかりせんべい	焼きじゃが	ゆかりおむすび
昼食	15 ごはん なめこの味噌汁 豆腐の味噌煮 きゃべつの酢の物	16 ごはん 寄せ鍋風汁 魚のごまみそ焼き 大豆とひじきの煮物	17 お弁当の日	18 ごはん 白菜の味噌汁 真砂揚げ もやしのごま酢和え	19 ごはん かき玉汁 魚の梅焼き 納豆和え	20 白菜丼 じゃが芋の味噌汁 切干大根の煮物
	午前のおやつ (もも、つくし組) ころころおむすび	南瓜の煮物	焼き芋	黒豆煮	焼きじゃが	ころころおむすび
午後のおやつ	わかめうどん	きな粉おむすび	のりおむすび	ひじきおむすび	ぜんざい	わかめおむすび
昼食	22 ごはん 南瓜の味噌汁 ホンモロコのから揚げ 白和え	23 *天皇誕生日	24 いかめし 冬瓜の味噌汁 筑前煮 ほうれん草のごま和え	25 ☆ごはん 具たくさん汁 とりのから揚げ れんこん金平	26 ごはん 玉ねぎの味噌汁 厚焼き卵 ひじきの酢の物	27 牛玉井 豆腐のくずし汁 大根の酢の物
	午前のおやつ (もも、つくし組) きなこ米粉麺		豆の甘煮	焼き南瓜	ころころおむすび	季節のくだもの
午後のおやつ	焼き芋		大根葉おむすび	クリスマスケーキ	焼きじゃが	ゆかりおむすび
昼食	29 ごはん 寄せ鍋風汁 レバーのからめ煮 きゃべつの酢の物	30 ごはん すまし汁 魚のごまみそ焼き かぶの酢の物	31 人数に応じて 献立を決めます			
	午前のおやつ (もも、つくし組) 南瓜の煮物	ころころおむすび				
午後のおやつ	茶むすび	わかめおむすび				



12月22日は冬至の日です。一年で昼の時間が一番短い日で、この日を境にだんだん日が長くなり春に近づいていきます。

冬至に南瓜やこんにゃくを食べ、ゆず湯に入ると病気をしないとされています。22日の給食に南瓜、こんにゃくを使います。



## 大きなしいたけを収穫しました！



調理室の裏で育てていたしいたけが、子どもたちの顔と同じくらい大きくなっていました！塩コショウで炒めて、みんなでおいしく食べました\(^o^)/



★「お誕生会メニュー」 ☆「かみかみ献立」

\*献立が都合により変更する場合があります。



今年も柿を干しました！  
おやつにみんなで食べたいと思います♥

## 旬(12月)の食材

大根・かぶ・ねぎ・ブロッコリー・白菜・小松菜・水菜・ほうれんそう・ぶり・あまだい・あんこう・かにたら・かれい・たこみかん・いよかん・りんご

## 干し芋をつくりました！

保育所にさつま芋がたくさんあったので干し芋にしました。干すと甘みが増すのと、散歩に持っていくことができます！



## 京村牧場の肉

土曜日の給食の牛玉井には、京村牧場の牛肉を使用します。すみれ組担任京村の実家京村牧場で育てられた、牛のお肉です。みんなでおいしくいただきます。

