

12月の献立とお知らせ

3歳未満児

たかそのこども園

日	曜	行事予定	10時おやつ	主食	給食	おやつ	一人一日平均栄養価		
							エネルギー	蛋白	脂肪
2	月	警察立ち合い 防犯避難訓練	みかん	ご飯	魚の照り焼き もやしのカレーサラダ ジャが芋金平 みそ汁	こつぶっこ	476	11 17	13
3	火		きゅうり	ご飯	鶏もも肉の味噌マヨ焼き ジャがべえ ほうれん草としらすの和え物 みそ汁	牛乳 バナナ	568	12 19	23
4	水		ミニゼリー	ご飯	カレー フレンチサラダ ゆで卵	ココア サブレ	704	7 15	25
5	木		マンナ	パン	ハムカツパン わかめサラダ チンゲン菜とひき肉のスープ 果物	玄米フレーク スナック(て)	551	3 13	25
6	金		せんべい	ご飯	豚バラもやし炒め 春雨のマヨサラダ こんにゃくおかか煮 みそ汁	牛乳 せんべい	530	9 14	13
7	土	クリスマス会 保護者役員会			クッキー持ち帰り		155	0 2	7
9	月		サブレ	ご飯	鮭のパン粉焼き 糸こんにゃく炒め グリーンサラダ みそ汁	プリン	743	12 21	33
10	火	餅つき	きなこもち	餅	お雑煮(雑炊) 塩もみ 果物	牛乳 バーム クーヘン	432	2 10	6
11	水		バナナ	ご飯	おでん 鶏そぼろ フレンチサラダ	バリバリ昆布	460	8 13	12
12	木		プチダノン	めん	すいとん バンサンスー 果物	りんごとチー ズ入りマドレー ヌ(て)	359	5 11	9
13	金		クッキー	ご飯	まぐろの柔らかか竜田揚げ さつま揚げの煮物 ごま酢和え みそ汁	牛乳 ハッ ピーターン	594	18 24	17
14	土		芋けんぴ	パン	調理パン 牛乳		405	5 11	10
16	月		きゅうり	ご飯	ハンバーグ コーンじゃが炒め スパゲティソテー コンソメスープ	みかん チーズ	667	12 20	26
17	火		ハイハイ	ご飯	焼き魚 肉じゃが マカロニサラダ みそ汁	牛乳 クッキー	717	14 22	24
18	水		ブルー	ご飯	しらすとネギの卵焼き 大根のそぼろ煮 ブロッコリーサラダ みそ汁	ジュース ごまフィン ガー	569	8 15	21
19	木	クリスマスパー ティー 誕生会	卵ボーロ	パン	バターロール・ビスロール(食パン) クリームシチュー 鶏のから揚げ(二種) コールスロー	ケーキ	904	15 28	48
20	金		オレンジ	ご飯	ハヤシライス もやしのナムル ゆで卵	ピザパン(て)	555	10 19	21
21	土		せんべい	めん	煮込みうどん 牛乳		375	6 10	15
23	月		ミニゼリー	ご飯	麻婆豆腐 中華サラダ 果物	牛乳 小魚ポリポリ	596	12 23	20
24	火		ポテコ	ご飯	鶏の照り焼き スパゲティサラダ 白菜の胡麻和え みそ汁	食べっこ動物	648	9 17	21
25	水	希望保育	チーズ	ご飯	煮魚 野菜ソテー ほうれん草の磯部和え みそ汁	せんべい	406	11 18	8
26	木	希望保育	サツポロポテ	パン	ウインナーパン ミネストローネ 果物	ヨーグルト	464	6 14	15
27	金	希望保育	りんご	ご飯	豚肉の味噌炒め 納豆和え ほうれん草浸し みそ汁	牛乳 ハーベスト	611	9 20	20
28	土	希望保育 仕事納め	せんべい	ご飯	おにぎり 牛乳		375	5 9	7

★(て)はてづくりです。

★3時のおやつには麦茶がつきます。

★毎週木曜日は空弁当を用意してください。

餅つき

お正月を迎えるための準備として行う伝統的な風習です。12月28日か30日に行うことが多く29日は「苦持ち」大晦日はしっかり固まらないため縁起が悪い「一夜餅」として避けます。昔は神祭などの祝いの日に餅を食べることで神様の力をもらって元気に過ごしたいと願ったり自然に感謝したりしました。またお正月に家族や大切な人に餅を配る風習もありお年玉の始まりと言われています。

