



しょくじだより

五和保育園
平成30年度1.9発行

新年あけましておめでとうございます。

ご家庭では年末年始をどのようにお過ごしになりましたか。一年の節目を迎えるこのお休みには、日本に古くから伝わる食文化にふれたり、子どもたちと一緒に料理をしたり、普段とは違ったゆったりとした雰囲気での食事を楽しむことができたのではないのでしょうか。年越しそばやおせち料理、お雑煮など日本に伝わる年末年始の行事は時代が変わっても子どもたちに伝えていきたいと思えます。

感染性胃腸炎/ロウウイルスに注意

冬の子どもの感染性胃腸炎はほとんどがウイルス性で、原因としてノロウイルスやロタウイルスなどがあげられます。特に乳幼児の発生が多く、ノロウイルスは感染力が強く排泄物や嘔吐物から感染が広がりやすいので適切な処置が必要になります。子どもたちには石けんを使った手洗いを徹底させ、感染を防ぎましょう。



～新年お楽しみランチ～

9日（火）

お正月にちなんだメニューになってます！調理員お手製のランチョマットも制作中です。ぬりえになっていますので、ご家庭に持ち帰りましたら一緒にぬりえをしてお楽しみください。



あずきの栽培＊お汁粉パーティー



12月13日にお汁粉パーティーを開きました。子どもたちが種まきから収穫を行ってきたので、収穫した小豆とゆでた小豆を見てもらい、固かった小豆がふっくらと柔らかくなった事にビックリ！興味津々でした。お汁粉をおかわりする子もたくさんいて、おいしいと言って食べてくれました。



～おいしい＊つゆやき～
Happy Holiday ランチ 12月25日
カレーピラフ 照り焼きチキン
かぼちゃとさつまいものサラダ
コーンチャウダー Happy Holiday デザート



Happy Holiday ケーキ Holiday いちごパナロー



お米が1月中旬位から
金芽米に変わります

金芽米とは白米に比べ、ビタミン・ミネラル・食物繊維が多く含まれており、自然免疫力を活性化させるといわれています。



お楽しみ弁当

19日（金）
さくら以上児は空の
弁当箱持参して下さい。





献立表



五和保育園

日	曜	午前おやつ	クッキング	材料名	3時おやつ	乳児 幼児
1	月					
2	火					
3	水					
4	木		年長・たんぽぽ ラップおにぎり	年始希望保育		
5	金		1月中に行います	年始希望保育		
6	土			年始希望保育		
7	日					
8	月					
09	火	ミレーフライ		新年お楽しみランチ	煮豆蒸しパン	
10	水	カルケット		おにぎりの日	お楽しみおやつ	
11	木	せんべい		米飯 さばのおろし煮 彩りきゅうりの酢の物 かき玉汁 バナナ	ブルーチェ	
12	金	クラッカー	年中 カナッペ	米飯 チキンカツ 大豆とひじきのサラダ わかめのみそ汁 菊花みかん	コーンマヨトースト	
13	土					
14	日					
15	月	ミレーフライ		米飯 えびシューマイ ナムル 春雨スープ カルシウムりんごゼリー <事務職員リクエストメニュー>	抹茶ごまクッキー 野菜ジュース 菓子 野菜ジュース	
16	火	ビスコ	年少 くるくるクッキー	米飯 白身魚の野菜ソースあんかけ ポテトのチーズ焼き 玉ねぎのみそ汁 オレンジ	アップルパイ	
17	水	キャンディチーズ		ハヤシライス スパゲティサラダ バナナ	白玉きな粉	
18	木	せんべい		米飯 鶏のカレーからあげ 大豆のポテトサラダ しめじの野菜スープ りんご	麩のラスク 牛乳	
19	金	クラッカー		お楽しみ弁当	ケーキサレ	
20	土	ミレーフライ		土曜日給食	菓子	
21	日					
22	月	クラッカー		マーボー豆腐丼 切干大根のサラダ 卵スープ バナナ	抹茶スコーン 牛乳	
23	火	ビスコ		わかめ御飯 味噌ハンバーグ ひじきとツナのサラダ 田舎汁 甘夏みかん缶	自家製コーンフレークヨーグルト	
24	水	せんべい		バターロール マカロニグラタン 白雪サラダ 白菜とベーコンのスープ ミニゼリー	栄養蒸しパン	
25	木	カルケット	さくら クッキー	米飯 まぐろの竜田揚げ 大根の塩こんぶ和え 白菜のみそ汁 オレンジ	ココアトースト 牛乳	
26	金	ミレーフライ		醤油ラーメン 納豆サラダ ルナズリン <うめ組リクエストメニュー>	マドレーヌ	
27	土	クラッカー		土曜日給食	菓子	
28	日					
29	月	キャンディチーズ		米飯 大豆とじゃこのカリカリ煮 白菜なべ 茹でフロッキー チーズ	りんごクッキー 菓子 ミルクティ	
30	火	ビスコ		米飯 サーモンフライオーロラソース 栄養きんぴら 麩のみそ汁 オレンジ	ココア蒸しパン	
31	水	クラッカー		米飯 若鶏のバーベキューソース かみかみ和え 豚汁 りんご	自家製みかんヨーグルト	

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	597	21	17.5	253	2.2	178	0.34	0.32	25	4.3	2.2
目標量	574	23.6	15.9	270	2.5	225	0.32	0.36	18	4	1.9
充足率(%)	104	89	110	94	88	79	106	89	139	108	116
3才未満児	494	15.8	14.8	210	1.7	140	0.26	0.23	20	3.6	1.8
目標量	463	19	12.9	225	2.3	200	0.25	0.3	18	3.3	1.7
充足率(%)	107	83	115	93	74	70	104	77	111	109	106

* 都合により献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。