

12月しょくじだよ!



五和保育園
令和5年11.30発行

なんとなく慌ただしい12月。クリスマスパーティーの食事の準備や台所の大掃除など、子どもにもお手伝いをしてもらいたい機会です。お正月の準備おせち料理の準備をしたりして、昔から日本に残る風習を伝える良い機会です。楽しくお手伝いできると、食欲にもつながります。



家族で食事を楽しむ 機会をつくりましょう

12月～1月は、クリスマスやお正月などで家族や親しい人と共に食事ができるよい機会です。大勢で食べる喜びや安心感は、料理を一層おいしく感じることもつながります。また、行事食を通して、食への興味が深まる効果も期待できます。ぜひ、楽しい食事の時間を設けてあげてください。



できるだけ食事の お手伝いを

冬休みは、ふだんより親子で一緒に過ごす時間があります。そこで、お子さんに食事のお手伝いを呼びかけてみてはいかがでしょうか。買い物と一緒に食材を選んだり、簡単な下準備を手伝ってもらったりなど、まずは子どもができる範囲で参加することから始めてみましょう。そして、「ありがとう。おいしいよ」の一言で、子どもの食への関心を高めていきましょう。



七五三お祝いランチ・ケーキ屋さん

カラフルパン屋さん



ふじぐみさんとピザ作り 生地をビニール袋に入れてもみもみ チーズたっぷりのピザの出来上がり





こんだてひょう



12月分

の日はめんの日です、幼児はフォークを持参してください

五和保育園

日	曜	午前おやつ	クッキング	献立名	午後のおやつ	
01	金	ビスコ		冬野菜カレー シュウマイ いんげんとハムのおかか和え 鉄ゼリー	カルピスフレンチトースト 幼児牛乳	
02	土	せんべい		土曜保育給食	菓子	
04	月	クラッカー		油揚げとにんじんの混ぜご飯 かぼちゃの天ぷら 野菜のごまびたし けんちん汁 りんご	栄養お好み焼き アソドミルク	
05	火	ビスコ		まめご飯 鶏のからあげケチャップ味 みかん ひじきとツナのサラダ 麩とわかめのすまし汁	ゼリー入り手作りヨーグルト	
06	水	ミレーフライ		米飯 きゃべつポテトオムレツ マカロニサラダ コーンスープ パイン缶	チーズクッキー ヤクルト	
07	木	ハイハイ		ハンバーガー ブロッコリーのチーズ焼き チリコンカン スティックゼリー	焼きいも	
08	金	せんべい		米飯 白身魚のポテトクリーム焼き 野菜のごまみそ和え 春雨スープ パナナ	ココアちんすこう 幼児牛乳	
09	土	ミレーフライ		土曜保育給食	菓子	
11	月	ミレーフライ		米飯 きゃべつのメンチカツ もやしのごま酢和え 豆腐とこまつなのみそ汁 菊花みかん	黒ゴマきなこの米粉クッキー ジョア	
12	火	せんべい		米飯 コーンフレークチキン 納豆サラダ 切干大根のみそ汁 パナナ	さつまいも蒸しパン りんごジュース	
13	水	ビスコ		おにぎりの日	手作りウインナーパン オレンジジュース	
14	木	ミレーフライ		パスタ屋さん どっちにする?	おかしすくい	
15	金	ビスコ		お楽しみ弁当 さくら以上、空の弁当箱持参	12月お誕生ケーキ 菓子 スポロン	
16	土	ミレーフライ		土曜保育給食	菓子	
18	月	ビスコ		米飯 すき焼き風煮 じゃがいもとしらすのおやき ブロッコリーの黒ごまサラダ オレンジ	おに蒸しパン 幼児牛乳	
19	火	ハイハイ		塩昆布ごはん ちくわのカレー揚げ いんげんとツナごま和え 豚汁 りんご	フルーチェ	
20	水	クラッカー		米飯 魚のフライオーロラソース 甘夏みかん缶 切干大根ともやしの炒め物 ミネストローネ風スープ	おさかなパンキンパイ ヤクルト	
21	木	クラッカー		味噌煮込みうどん れんこん団子 キャベツのしらす甘酢和え もも缶 郷土料理	あんバタートースト 幼児牛乳	
22	金	ハイハイ	全園児クッキング ケーキトッピング	クリスマスランチ	ケーキ(クッキング) 野菜ジュースアップル	
23	土	ビスコ		土曜保育給食	菓子	
25	月	クラッカー		スタミナ丼 粉ふき芋 春雨の中華サラダ ミニゼリー	マーム風抹茶クッキー スポロン	
26	火	ミレーフライ	すみれクッキング 大根に触ってみよう	米飯 カラフルあんかけ大根 ハムフライ 塩昆布ポテトサラダ パイン缶	ハバロア	
27	水	せんべい		カレーライス スパゲティサラダ パナナ	チーズパン 野菜ジュースアップル	
28	木	ハイハイ		おにぎり 焼きそば がんもの煮物 わかめのみそ汁 鉄ゼリー	菓子 オレンジジュース	
29.4.5		菓子	12/29・1/4.5. 希望保育、弁当持参、おやつは保育園で用意します			
1月9日	火	せんべい		カレーライス チキンナゲット いんげんとツナごま和え いちご	麩のラスク 野菜ジュース	

*感染症や園の都合により、献立を変更する場合がありますがご了承ください。

12月きゅうしょくイベント

14日(木)パスタ屋さん
おかしすくい



22日(金)クリスマスランチ・ケーキトッピング



13日(水) おにぎりの日



おにぎりのみ持参してください。

15日(金) お楽しみ弁当

保育園で作ったご飯やおかずを自分で詰めます。
さくら以上、空の弁当箱を持参してください。

★今月の郷土料理 21日(木) 愛知県

