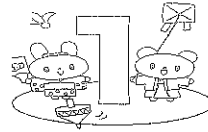
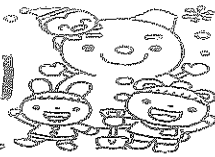


きゅうしょくだより



H30. 12. 28(金)

認定こども園ふし幼稚園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1	2	3	4	5
園食		元旦 	初春のお慶び 		赤飯 ぞうめん汁 ぶりの幽庵焼き じゃがベーコン 麦茶	ごはん 煮しめ ひじきと ほうれん草のサラダ 麦茶
午後					ミルクココア いちごババロア	ミルクココア ▼焼き芋
午前	7 牛乳	8 牛乳 始業式	9 牛乳	10 牛乳	11 牛乳	12 牛乳
園食	ごはん みそ汁 厚揚げの炒め ひじきと キャベツの和え物 りんご 麦茶	ごはん 冬野菜のあったか汁 かにたまあんかけ キャベツの和え物 麦茶	カレーライス 白菜のサラダ みかん 麦茶	ごはん ちくすスープ 鶏のから揚げ ブロッコリーの 三色サラダ 麦茶	ごはん 松風焼き 白菜の煮浸し ぜんざい 麦茶	とん汁うどん かぶの甘酢和え りんご 麦茶
午後	麦茶 七草粥	ミルクココア ヨーグルトケーキ	牛乳 ▼もちもちドーナツ	ミルクココア チーズケーキ	牛乳 フライドポテト	ミルクココア ▼キングドーナツ
午前	14	15 牛乳	16 牛乳	17 牛乳	18 牛乳 12・1月お誕生会	19 牛乳
園食	成人の日 	ごはん でんぶ汁 魚のカレー揚げ 枝豆の白和え 麦茶	パイナップルパン クラムチャウダー ポークチャップ バナナ 牛乳	豚丼 すまし汁 野菜の和風サラダ 麦茶	和風ピラフ 揚げ魚の薬味だれ かぼちゃの甘煮 塩ゆで枝豆 オレンジ お楽しみケーキ・麦茶	コーンラーメン ささ身と 野菜のサラダ 麦茶
午後		ミルクココア 手巻きクレープ	麦茶 ごま鮭おにぎり	ミルクココア ミニアップルパイ	ミルクココア ▼焼き芋	ミルクココア ▼あんぱん
午前	21 牛乳	22 牛乳	23 牛乳	24 牛乳	25 牛乳	26 牛乳
園食	ごはん 根菜のスープ煮 ウインナーと 野菜のソテー オレンジ 麦茶	ごはん みそ汁 白身魚フライ 切干し大根の煮物 麦茶	バターパン はるさめスープ えびマヨネーズ 牛乳	ごはん みそ汁 さばのごまだれ焼き いりどりサラダ 麦茶	ごはん 中華スープ 回鍋肉 温野菜サラダ 麦茶	焼きそば 卵スープ フルーツあえ 麦茶
午後	ミルクココア 牛乳くず餅	ミルクココア ▼メロン蒸しケーキ	麦茶 じゃごおにぎり	ミルクココア ミニアメリカンドッグ	ミルクココア りんごのケーキ	ミルクココア ▼シュークリーム
午前	28 牛乳	29 牛乳 豆まき 愛情弁当	30 牛乳	31 牛乳		
園食	ごはん みそ汁 鶏の甘辛揚げ 長芋の酢の物 麦茶	たんぼほ組以上愛情弁当 ちゅうりっぷ組のめ給食 たまごの意方巻き あおさ汁 大根と 厚揚げのとろみ煮 麦茶	米粉パン コンソメスープ オーロラチキン ブロッコリーのサラダ 牛乳	ごはん すまし汁 豚肉の南蛮炒め ポテトサラダ		
午後	ミルクココア じゃが芋焼き団子	牛乳 ▼どら焼き	麦茶 ゆかりおにぎり	ミルクココア チョコチップマフィン		

3学期もよろしくお願いします!!

年の瀬も間近になって参りました。年末年始のお休みの間は生活リズムが乱れがちです。規則正しい生活を心がけましょう。今年が明けると、今年度も残り3か月となります。子どもたちが充実した園生活を過ごせるように、食事の面から見守っていきたく思います。良いお年をお過ごしください。

福はうち、鬼はそと!!

1月29日は、園で節分の豆まき(お菓子まき)を行います。たんぼ組以上児は愛情弁当の日になります。豆まき終了後、まいたお菓子を食べますのでお弁当の量の配慮をお願いします。「節分」には季節を分けるという意味があり、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことです。昔は立春が1年の始まりだったので、節分といえは立春の前日を指すようになりました。悪いものや災いにたどたえた鬼を、豆をまいて追い払い、1年の無病息災を願います。大豆は肉や魚に負けない良質のたんぱく質、鉄、カルシウム、食物繊維などが含まれます。1日に1回は大豆製品をとり入れ、毎日元気に過ごしましょう。

春の七草

春の七草とは、セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケナギサ・スズナ(カブ)・スズシロ(ダイコン)です。7日に七草がゆを食べると、1年間病気にならず、元気に過ごせると言われています。お正月に、つい食べ過ぎて疲れた胃腸にとっては、優しい食べ物ですね。七草の種類や風習は、地域によって違います。

鏡開き

1月11日は、昔ながらの行事である鏡開きを予定しています。「鏡」は円満、「開」は末広がりを意味しています。家族円満や1年間元気に楽しく過ごせるようにお願いしながら、園でお供えしていた鏡もちを子どもたちと一緒に、ぜんざいに入れて食べたいと思います。

※仕入れ等の都合により食材料や献立を変更させていただくことがあります。尚、旬の食材を積極的に使用しておりますので同じ食材の献立が続くことがあります。ご理解のうえ、ご了承ください。