

12月の給食だよ!

すみれ乳児院 2017年12月1日発行

冬本番ですね。

風が冷たくなってきました。こども達も暖かい服装をして毎日を過ごしています。この時期は、いつも以上に温かい食べ物が食べたくなくなりそうですね。旬のものを取り入れた食事やみんなで囲む食卓で、体も心も温まってもらえたらと思います。



冬至にする習慣は?



12月22日、1年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物のカボチャ（なんきん）を食べる習慣があります。昔は夏が旬のカボチャを冬まで保存し、貴重なビタミン源として冬に食べていました。この日にカボチャを食べると、風邪をひかないと言われていています。



りんごの皮むき、興味深々!

夕食の時間に、子ども達の目の前でりんごの皮むきを行いました。こども達が椅子に座って見守っている中、目の前で皮をむいていると気になりだした様で、少しずつ前のめりになって見ていました。切りたてのりんごを食事前に特別に一口ずつ食べ、残りは夕食後に食べました。1人4分の1の大きさのりんごをゆっくり時間をかけて食べました。





12月 予定献立表

すみれ乳児院 2017年 12月 1日発行

月日	曜日	朝食	昼食	間食	夕食
1日 15日 29日	(金)	ごはん・ふりかけ みそ汁 ウインナー	わかめうどん・なす鶏煮・果物 ※29日 ピラフ・ポークビーンズ スープ・果物	きなこ棒 牛乳 ※29日 フライ風ポテト・牛乳	ごはん・ポークビーンズ かぶの洋風煮・スープ・果物 ※29日 中華丼・カブのスープ煮・果物
2日 16日 30日	(土)	パン・ミートボール バナナ 牛乳	ごはん・ふりの照り焼き・青菜煮・ のっぺ汁・果物 ※16日 カレー・果物(親子共食) ※30日 カレイの照り焼き 炒り鶏・すまし汁・果物	ホットケーキ 牛乳 ※16日 クリスマスケーキ ※30日 菓子・牛乳	豚肉のみそ丼・肉じゃが・果物 ※30日 牛肉のみそ焼き・みそ汁 ひじき煮・果物
3日 17日 31日	(日)	パン・チーズ みかん缶 ミックスキャロット	ごはん・鶏の照り焼き 高野煮・すまし汁・果物 ※31日 クリーム丼 ツナポテト煮・果物	菓子 牛乳 ※31日 菓子・牛乳	ごはん・クリークシチュー マカロニサラダ・果物 ※31日 年越しうどん かぼちゃ煮・果物
4日 18日	(月)	ごはん・ふりかけ みそ汁 ウインナー	ミートパスタ かぼちゃの豆乳煮・果物	野菜ブリッツ 牛乳	ごはん・鶏団子のスープ煮 ナムル・すまし汁 果物
5日 19日	(火)	パン・バナナ ミートボール 牛乳	大根ごはん・鮭の塩焼き 筑前煮・みそ汁・果物	ドーナツ 牛乳	ごはん・豚肉のカレー炒め れんこんの炒めなます・すまし汁 果物
6日 20日	(水)	パン・バナナ ウインナー 牛乳	ごはん・サバの塩焼き 切干煮・みそ汁・果物	ヨーグルト カミカミおやつ お茶	ごはん・豆腐ハンバーグ ポテトきんぴら・すまし汁 果物
7日 21日	(木)	パン・チーズ みかん缶 コーンスープ	じゃこチャーハン 白菜煮 果物	もちもち大根 お茶	ごはん・干草卵 ピーマン炒め・みそ汁 果物
8日 22日	(金)	ごはん・ふりかけ みそ汁 ウインナー	ラーメン ごぼう煮 果物 ※22日 ラーメン・かぼちゃ煮	鬼まんじゅう 牛乳	ごはん・肉団子の煮物 ブロッコリーソテー・みそ汁 果物
9日 23日	(土)	パン・バナナ ミートボール 牛乳	ごはん・ぶり大根 さつまいも煮・みそ汁・果物	焼きおにぎり お茶	牛肉のすきやき丼 五目豆煮 果物
10日 24日	(日)	パン・チーズ みかん缶 ミックスキャロット	そばろの混ぜご飯・キャベツ炒め 豚汁・果物	菓子 牛乳	ハヤシライス フルーツポンチ
11日 25日	(月)	ごはん・ふりかけ みそ汁 ウインナー	にゅうめん 白菜煮 果物	きな粉クッキー お茶	ごはん・ミートローフ ポテトサラダ・かぶのスープ・果物 ※25日 ツリーポテトサラダ
12日 26日	(火)	パン・バナナ ミートボール 牛乳	ごはん・鶏のみそ焼き 人参きんぴら・すまし汁・果物	うどんぎょうざ お茶	カレイときのこのオイル焼き 水菜と牛肉煮・みそ汁 果物
13日 27日	(水)	パン・バナナ ウインナー 牛乳	親子丼 大根のそばろ煮 果物	ヨーグルト・菓子 牛乳	ごはん・炒り豆腐・きんぴらごぼう みそ汁・果物
14日 28日	(木)	パン・チーズ みかん缶 コーンスープ	五目ごはん・さわらのみそ煮 キャベツ煮・すまし汁・果物	野菜チップス 茶	ごはん・豚肉の変わり焼き じゃが芋おかか和え・すまし汁 果物

12月の給食予定

16日 親子共食・カレーライス

22日 冬至 かぼちゃ煮

25日 クリスマスディナー

31日 年越しうどん

