



# 12月給食だより

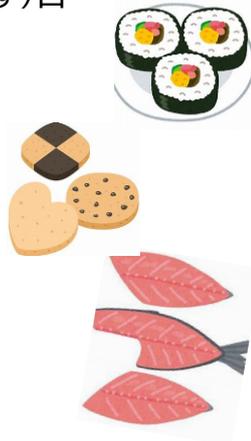
かやの実保育園 給食



日に日に寒さも増し、早いもので今年もあと1カ月となりました。年末は忙しくなりがちですが、子どもたちと一緒に大掃除をしたり、お正月の準備など、昔からの風習を伝えるいい機会でもあります。十分な睡眠、バランスのよい食事を心がけ、クリスマスや年末年始を元気に過ごしましょう♪

## ◎今月の食育予定◎

- ☆3.17 日のり巻き作り(幼児)
  - ★2.16(幼児)4(うさぎ)13(りす)日 昼食材料紹介
  - ★6日魚おろし(まつぼっくり)
  - ☆9.23 日クッキー作り(幼児)
  - ★19 日もちつき(らいおん)
  - ★20 日冬至
  - ★24 日長崎県 郷土料理
  - ★25 日クリスマスメニュー
- 他にも野菜の下ごしらえなども行なう予定です。



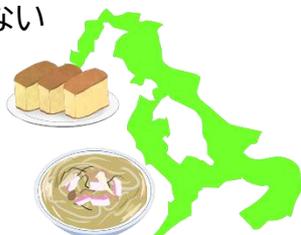
## ◎もちつき◎

今月はらいおん組のもちつきがあります。日本の風習である、鏡餅を親子で作っていただきます。会食などもありますので、参加お待ちしております。



## ◎長崎県 郷土料理◎

- ・ちゃんぽん  
『ちゃんぽん』とはいろいろなものを混ぜるという意味があり、いろいろな具材・出汁が入った麺料理です。
- ・レモンステーキ  
佐世保市で親しまれている料理です。本来は牛肉で作りますが、給食では鶏肉を使います。
- ・みそよごし  
手で混ぜて作るときに、手をよごすことからこの名がきています。
- ・いもよせ  
お祝いの席などに欠かせないさつまいもをすりつぶし、蒸した料理です。



## 補食予定献立表

日付	補食	日付	補食
2.16 月	わかめ ごはん	9.23 月	ふりかけ ごはん
3.17 火	ゆかり ごはん	10.24 火	混ぜ ごはん
4.18 水	混ぜ ごはん	11.25 水	ふりかけ ごはん
5.19 木	ふりかけ ごはん	12.26 木	ゆかり ごはん
6. 20 金	混ぜ ごはん	13.27 金	わかめ ごはん
7.21 土	焼き おにぎり	14.28 土	焼き おにぎり