



# 12月献立予定表

2018年 12月 聖隷こども園このとり豊田

ひづけ 日付	ようび 曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児3時	エネルギー	脂質 g	エネルギー	脂質 g
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	ど土	馬しり作業	鮭寿司 フルーツ	お茶 お菓子	お茶 お菓子	498	8.9	417	7.0
3	げ月		ごはん 魚の照り焼き みそ汁(白菜・玉ねぎ)	切り干大根の煮物 ごま和え	豆乳 飲むラクtofelin	555	14.7	460	13.4
4	か火		セルフハンバーガー 豆乳コーンスープ	蒸し野菜のオーロラソースがけ パイン	お茶 バナナ	717	31.7	613	27.2
5	れい水		ゆかりごはん みそ汁(白菜・油あげ)	松風焼き オレンジ	お茶 チーズ	643	13.8	545	15.9
6	も木	きりん組 手し芋・みそ作り	スパゲティーナポリタン バナナ	スティック野菜 お茶	チーズ ヨーグルト	669	24.5	508	18.6
7	きん金		ごはん 魚の塩焼き みそ汁(大根・青菜)	ひじきの五目煮 りんご	豆乳 お茶	504	8.7	423	10.0
8	ど土		焼きそば フルーツ	中華スープ お茶	ヨーグルト お菓子	477	15.0	518	23.6
10	げ月		ごはん 煮魚 みそ汁(豆腐・南瓜)	キャベツとベーコンのソテー みかん	お茶 ビスケット	591	17.8	446	13.5
11	か火		チーズパン じゃが芋のスープ	ささみのカレー揚げ りんご	ほうれん草のサラダ 牛乳	653	22.3	576	21.6
12	れい水		カレー みそ汁(かぶ・油あげ)	魚のホイル焼き オレンジ	ブロッコリーのおかか和え お茶	559	16.3	541	22.7
13	も木		醤油ラーメン バナナ	簡単ピザ お茶	ブロッコリー ヨーグルト	653	15.2	521	12.9
14	きん金		ごはん 豚肉と厚揚げの味噌炒め すまし汁(白菜・えのき)	さつま芋の甘露 お茶	ミニトマト バナナ	620	15.5	528	14.5
15	ど土		パン2種 フルーツ	豆乳スープ お茶	ヨーグルト お菓子	479	9.5	445	10.2
17	げ月		ごはん 豚肉の生姜煮 みそ汁(白菜・大根)	納豆和え バナナ	お茶 せんべい	538	14.5	447	13.1
18	か火		豆乳パン 大根のスープ	エビフライ パイン	キャベツとりんごのサラダ 牛乳	601	15.3	511	13.5
19	れい水		ごはん(串刺しふりかけ) オレンジ	おでん お茶	金平 金時煮豆	668	19.0	537	15.6
20	も木		カレーうどん りんご	ぶどう豆 お茶	れんこんサラダ ヨーグルト	714	24.2	569	20.7
21	きん金		ごはん 魚の西京焼き けんちん汁	南瓜の天ぷら みかん	ミニトマト お茶	601	12.4	488	13.8
22	ど土	冬至 クリスマス祝会							
24	げ月	振り替り 振替休日							
25	か火		ぶどうパン コンソメスープ	ローストチキン オレンジ	ポテトサラダ 牛乳	612	25.8	518	25.7
26	れい水	餅つき	お雑煮 みかん	あんこもち お茶	ツナきゅう 魚肉ソーセージ	635	10.5	555	10.2
27	も木		うどん バナナ	芋きんとん お茶	ツナ入り紅白なます ヨーグルト	632	7.2	537	7.5
28	きん金	はいお給 保育納め	ハヤシライス りんご	ドレッシングサラダ お茶	ヨーグルト 飲むラクtofelin	628	18.7	549	18.7
29	ど土				ウエハース お菓子	18.3	1.5	16.8	1.3
31	げ月								

寒い日が多くなってきましたね。外で元気に遊ぶ子どもたちを温かい食事サポートしていきたいと思ひます。

さて、冬至が22日ですね。この日は太陽の高さが1年の中で最も低くなり、夜が一番長くなります。冬至の日には「ん」のつくものを食べると「運」が呼び込めるともいわれていますので、園では一日早い21日に、南瓜(かぼちん)、だいこん、にんじん、みかんなどをいただいてこの冬を元気に過ごせるようお願いをこめたいと思ひます。

そして、早いものでもうすぐお正月ですね。昨年も実施しましたが、今月の給食では少し季節を先取りして「おせち料理」を提供します。それぞれの料理には諸説ありますが、今回提供するメニューの由来をご紹介します。新しい年がよい年になりますように♪

【松風焼き】雨や風に耐えて寿命が長いおめでたい松の木にちなんで。

【お煮しめ】色とりどりの山の幸などを一つの鍋で煮ることから、家族仲良くという願ひがこめられている。

【きんとん】黄金色に輝く財宝にたとえて、豊かな1年を願っている。

【紅白なます】その色合いから、お祝ひの象徴として彩っている。また、紅白の水引に似ていることから平和を願っている

