



ごちそうだより 1月



	月	火	水	木	金	土
昼食	※よく噛んで食べてほしいメニューに「かみかみメニュー」として★印をつけています。噛んで食べると、体にいいことがたくさんあります。よく噛み、モリモリ食べて、丈夫な体を作りましょう！ ※毎月18日は松江市のカミカミデーです。カミカミデーに合わせて、園でも18日前後にかみかみメニューを取り入れてメニューを取り入れています♪  ※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。 ※天候の不順や都合により、食材・メニューの変更が生じる場合もあります。 					
おやつ						
5	6	7	8	9	10	
年明けうどん うどん・かまぼこ・玉ねぎ・人蔘・しめじ・卵・葉ねぎ・だし・醤油・塩・みりん・酒 ふりの照り焼き ぶり・生姜・醤油・みりん・酒 紅白なます 大根・人蔘・酢・砂糖・塩・ゆず フルーツ	冬野菜カレーライス 米・鶏もも・玉ねぎ・人蔘・セロリ・れんこん・大根・カレーパウダー・水 こひき芋★ じゃが芋・パセリ・塩 キャベツ塩昆布和え キャベツ・胡瓜・人蔘・塩昆布 フルーツ	ごはん オムレツ 卵・玉ねぎ・ピーマン・ウインナー・砂糖・塩・チーズ・ケチャップ・牛乳 小松菜サラダ 小松菜・人蔘・キャベツ・コーン・ツナ・マヨドレ ミネストローネ キャベツ・玉ねぎ・かぶ・ホールトマト・人蔘・セロリ・パセリ・塩・コンソメ フルーツ	ごはん たらのチリソース たら・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖・醤油 白和え 木綿豆腐・ほうれん草・ひじき・人蔘・こんにゃく・砂糖・醤油・ごま・塩 みそ汁 卵・人蔘・なめこ・玉ねぎ・葉ねぎ・だし・味噌 フルーツ	ごはん レバーの変わり揚げ★ 鶏レバー・鶏もも肉・しょうが・しょうゆ・片栗粉・にんにく・ケチャップ・砂糖・酢・油 白菜サラダ 白菜・人蔘・胡瓜・コーン・ツナ・酢・砂糖・塩・油 みそ汁 玉ねぎ・ごぼう・わかめ・ねぎ・だし・味噌 フルーツ	炊き込みピラフ 米・ベーコン・玉ねぎ・人蔘・塩・コンソメ・醤油・パセリ ほうれん草とコーンのナムル ほうれん草・コーン・人蔘・ごま・醤油・ごま油 コンソメスープ ウインナー・玉ねぎ・人蔘・しめじ・水・コンソメ・塩 フルーツ	
くりきんとんケーキ 牛乳 さつま芋・栗の甘露煮・ホットケーキ粉・バター・砂糖・牛乳・卵	ベーコンチーズ焼きおにぎり 牛乳 米・コーン缶・ベーコン・大葉・チーズ・ごま・みりん・醤油・ごま油	七草すいとん汁★ 牛乳 小麦粉・鶏もも・椎茸・大根・人蔘・ごぼう・里芋・葉ねぎ・七草・だし・醤油・塩	のり塩ポテト 牛乳 フライドポテト・青のり・油・塩	さつまいもぜんざい★ 牛乳 上新粉・絹ごし豆腐・さつまいも・水・ゆであずき	おやつ	
12	13	14	15	16	17	
成人の日 	ごはん さばのおろし煮 さば・醤油・砂糖・酒・生姜・大根・だし ほうれん草のナムル ほうれん草・コーン・もやし・人蔘・醤油・ごま油・ごま 豆乳みそ汁 じゃが芋・油揚げ・玉ねぎ・人蔘・葉ねぎ・だし・味噌・豆乳 フルーツ	ごはん チキンチキンごぼう★ 鶏もも肉・ごぼう・片栗粉・油・砂糖・みりん・酒・醤油 ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー・キャベツ・人蔘・コーン・かつお節・砂糖・醤油 みそ汁 大根・人蔘・もやし・木綿豆腐・葉ねぎ・だし・味噌 フルーツ	味噌ラーメン 中華麺・豚肉・コーン・もやし・チンゲン菜・人蔘・干し椎茸・ごま油・ねぎ・だし・醤油・塩・味噌 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ・砂糖・醤油・グリーンピース・だし だいこんサラダ 大根・人蔘・かいわれ大根・コーン・ツナ・マヨドレ	ごはん 揚げ出し豆腐 木綿豆腐・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖・だし・葉ねぎ・かつお節 さつま芋サラダ★ さつま芋・ハム・干しぶどう・りんご・胡瓜・マヨドレ みそ汁 えのき・わかめ・人蔘・玉ねぎ・だし・みそ フルーツ	豚丼 米・豚もも・玉ねぎ・人蔘・醤油・砂糖・みりん・かいわれ大根 はんぺんサラダ はんぺん・コーン・胡瓜・ハム・小松菜・トマト・マヨドレ みそ汁 玉ねぎ・さつまいも・わかめ・油揚げ・だし・味噌 フルーツ	
おやつ	スティックパイ 牛乳 パイ生地・粉チーズ・グラニュー糖	スイートポテト 牛乳 さつま芋・砂糖・バター・牛乳・卵	牛しぐれおにぎり 牛乳 米・塩・牛肉・生姜・油・醤油・砂糖・刻みのり	レモンケーキ 牛乳 ホットケーキ粉・牛乳・砂糖・バター・レモン	おやつ	
19	20	21	22	23	24	
ごはん 鮭のムニエル 鮭・塩・小麦粉・バター・レモン汁 納豆サラダ 納豆・ほうれん草・人蔘・キャベツ・ハム・コーン・マヨドレ・味噌・醤油 みそ汁 長いも・人蔘・油揚げ・ねぎ・だし・味噌 フルーツ	かに玉のあんかけ 卵・かにかま・ねぎ・人蔘・玉ねぎ・干し椎茸・醤油・砂糖・酢・水・片栗粉・グリーンピース れんこんとひじき煮 れんこん・ひじき・さつまいも・人蔘・油揚げ・だし・砂糖・醤油・酒・みりん しじみ汁 しじみ・葉ねぎ・だし・味噌 フルーツ★	おたんじょうび会 手作りふりかけごはん 米・しらす・刻み昆布・ごま・かつお節・青のり・醤油・みりん 鶏のから揚げ 鶏もも・醤油・酒・生姜・にんにく・片栗粉・油 元氣サラダ キャベツ・胡瓜・トマト・人蔘・ハム・コーン・かつお節・酢・砂糖・油・塩・醤油 冬野菜ポトフ ベーコン・かぶ・ほうれん草・人蔘・玉ねぎ・コンソメ・塩・豆乳 フルーツ	スタミナ納豆丼 米・ひきわり納豆・豚ひき肉・人蔘・玉ねぎ・にんにく・生姜・ごま油・葉ねぎ・醤油・酒・砂糖 ジャーマンポテト★ じゃが芋・ウインナー・玉ねぎ・コーン・塩・コンソメ ポイルブロッコリー ブロッコリー・塩 みそ汁 卵・玉ねぎ・人蔘・葉ねぎ・だし・味噌 フルーツ	ごはん 豆腐のまご揚げ 豆腐・鶏ひき肉・えび・人蔘・卵・ごま・醤油・みりん・塩・油・片栗粉 白菜と水菜のお浸し 白菜・水菜・人蔘・ハム・醤油・砂糖 石狩汁 鮭・玉ねぎ・えのき・大根・人蔘・ごぼう・こんにゃく・葉ねぎ・だし・味噌 フルーツ	はっぴょうかい 	
マヨコーンピザ 牛乳 ピザクラフト・マヨドレ・コーン・ハム・玉ねぎ・パセリ粉・チーズ	カムカムライス 牛乳 米・人蔘・ひじき・醤油・砂糖・小松菜・しらす干し・ごま油・ごま	フルーツパフェ 牛乳 苺・みかん缶・もも缶・パイン缶・生クリーム・砂糖・コーンフレーク	カレー蒸しパン 牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・油・豆乳・カレー粉・コーン缶・ハム	チョコクリームサンド 牛乳 ロールパン・ココア・三温糖・コーンスターチ・牛乳	おやつ	
26	27	28	29	30	31	
ごはん さわらのカレー風味揚げ さくら・カレー粉・片栗粉・油・塩・醤油 カリフラワーとコーンのサラダ カリフラワー・コーン・ブロッコリー・人蔘・酢・塩・砂糖・油 みそ汁 じゃが芋・油揚げ・玉ねぎ・人蔘・えのき・わかめ・だし・味噌 フルーツ	おべんとうの日 	ハヤシライス 米・牛肉・玉ねぎ・しめじ・トマト缶・ハヤシルー・水 バイクドポテト★ じゃが芋・チーズ チョレギサラダ レタス・胡瓜・玉ねぎ・ごま・卵黄・ゆかり・醤油・ごま油・塩 フルーツ	和風さのこスープパスタ ゆで麺・えのき・しめじ・玉ねぎ・ピーマン・黄ピーマン・ツナ・にんにく・オリブオイル・水・醤油・みりん・塩・焼きのり かぶの梅マヨ和え かぶ・大根・胡瓜・梅干し・マヨドレ・かつお節 がんもどきの煮物 がんもどき・だし・醤油・砂糖 フルーツ	ごはん 野菜のキッシュ 卵・チーズ・ほうれん草・玉ねぎ・赤ピーマン・塩・牛乳・砂糖・ケチャップ ごぼうサラダ★ ごぼう・人蔘・キャベツ・胡瓜・コーン・ツナ・ごま・マヨドレ ビーフンスープ ビーフン・ねぎ・人蔘・玉ねぎ・鶏がらだし・醤油・塩 フルーツ	ひじきごはん 米・芽ひじき・油揚げ・人蔘・油・醤油・砂糖・塩 マカロニサラダ マカロニ・胡瓜・人蔘・ツナ・コーン・マヨドレ けんちん汁 木綿豆腐・鶏もも・大根・人蔘・ごぼう・椎茸・葉ねぎ・だし・醤油・塩・酒 フルーツ	
キンパおにぎり 牛乳 米・たくあん・焼きのり・ごま油・ほうれん草・豚ひき肉・ごま・酒・砂糖・醤油・味噌・にんにく	黒糖ラスク 牛乳 食パン・黒砂糖・バター・水	五目ビーフン 牛乳 ビーフン・豚肉・筍・人蔘・にら・干し椎茸・干しエビ・油・椎茸汁・塩・醤油・酒・砂糖	おからクッキー 牛乳 小麦粉・バター・砂糖・グラニュー糖・おから	かぼちゃスコーン 牛乳 かぼちゃ・ホットケーキ粉・砂糖・バター・牛乳	おやつ	

今年も残すところあと、数日となりました。今年は、食に関する行事が沢山出来て、子どもたちと一緒に食の大切さや食べる楽しさを体感できた年でした。今月は、おもちつきや、クリスマスバイキングと楽しい行事があり子供たちの笑顔がたくさん見れました。年末年始は普段と違う生活リズムになる方も多いと思います。まだまだ感染症も流行していますので、栄養ある食事を摂って楽しいお正月をお過ごしください。

おもちつき会をしたよ！

12月19日に玉湯の高齢者クラブの方に来ていただき、さくら組さんがおもちつき体験をしました。臼と杵を使っておもちつきをするのは初めての子も多く、最初は音と勢いにびっくりしていた様子も見えましたが、次第に「よいしょ～！よいしょ～！」と掛け声をかけながら一人ずつが杵を使いおもちをつきました。出来上がったおもちでそれぞれがお家に飾るミニ鏡餅を作り、高齢者クラブの方には年始めに保育園の玄関に飾る大きな鏡餅を作っていました。



「よいしょ～！よいしょ～！」と、
大きな声で掛け声をしたよ！！



ぺったんぺったん～♪
かいっぱいおもちをつくよ～♪

MERRY CHRISTMAS

12月23日にクリスマスバイキングをしました！普段と違うバイキング給食にみんな大喜びしてくれました♪





MERRY CHRISTMAS

クリスマスバイキング

- ・わかめごはん ・タンドリーチキン
- ・ナポリタン ・鮭フライ
- ・フライドポテト ・サラダバー
- ・バナナ ・みかん

おやつ

- ・クリスマスケーキ



おいしいね～おかわり沢山
するよ～！！うれしい声が
聞こえます^^



毎日の献立が楽しいな～♪♪



1月 旬の食材

- ・カリフラワー・大根・れんこん
- ・キャベツ・ねぎ・小松菜・白菜
- ・ブロッコリー・水菜・長いも
- ・ほうれん草・いよかん・ぼんかん
- ・りんご・いちご・たら・しじみ
- ・さわか





ごちそうだより 1月



	月	火	水	木	金	土
昼食	※よく噛んで食べてほしいメニューに「かみかみメニュー」として★印をつけています。噛んで食べると、体にいいことがたくさんあります。 よく噛み、モリモリ食べて、丈夫な体を作りましょう！ ※毎月18日は松江市のカミカミデーです。カミカミデーに合わせて、園でも18日前後にかみかみメニューを取り入れてメニューを取り入れて います♪ ※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。 ※天候の不順や都合により、食材・メニューの変更が生じる場合もあります。					
おやつ						
昼食	5 年明けうどん うどん・かまぼこ・玉ねぎ・人参・しめじ・卵・菜の花・だし・醤油・塩・みりん・酒 ぶりの照り焼き ぶり・生姜・醤油・みりん・酒 紅白なます 大根・人参・酢・砂糖・塩・ゆず フルーツ	6 冬野菜カレーライス 米・鶏もも・玉ねぎ・人参・セロリ・れんこん・大根・カレー粉・水 こぶき芋 ★ じゃが芋・パセリ・塩 キャベツ塩昆布和え キャベツ・胡瓜・人参・塩昆布 フルーツ	7 ごはん オムレツ 卵・玉ねぎ・ピーマン・ウインナー・砂糖・塩・チーズ・ケチャップ・牛乳 小松菜サラダ 小松菜・人参・キャベツ・コーン・ツナ・マヨドレ ミネストローネ キャベツ・玉ねぎ・かぶ・ホールトマト・人参・セロリ・パセリ・塩・コンソメ フルーツ	8 ごはん たらのチリソース たら・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖・醤油 白和え 木綿豆腐・ほうれん草・ひじき・人参・こんにゃく・砂糖・醤油・ごま・塩 みそ汁 卵・人参・なめこ・玉ねぎ・菜の花・だし・味噌 フルーツ	9 ごはん レバーの変わり揚げ ★ 鶏レバー・鶏もも肉・しょうが・しょう油・片栗粉・にんにく・ケチャップ・砂糖・酢・油 白菜サラダ 白菜・人参・胡瓜・コーン・ツナ・酢・砂糖・塩・油 みそ汁 玉ねぎ・ごぼう・わかめ・ねぎ・だし・味噌 フルーツ	10 炊き込みピラフ 米・ベーコン・玉ねぎ・人参・塩・コンソメ・醤油・パセリ ほうれん草とコーンのナムル ほうれん草・コーン・人参・ごま・醤油・ごま油 コンソメスープ ウインナー・玉ねぎ・人参・しめじ・水・コンソメ・塩 フルーツ
おやつ	くりきんとんケーキ 牛乳 さつま芋・栗の甘露煮・ホットケーキ粉・バター・砂糖・牛乳・卵	ベーコンチーズ焼きおにぎり 牛乳 米・コーン缶・ベーコン・大葉・チーズ・ごま・みりん・醤油・ごま油	七草しといん汁 ★ 牛乳 小麦粉・鶏もも・椎茸・大根・人参・ごぼう・里芋・菜の花・七草・だし・醤油・塩	のり塩ポテト 牛乳 フライドポテト・青のり・油・塩	さつまいもぜんざい 牛乳 上新粉・絹ごし豆腐・さつまいも・水・砂糖・あずき	
昼食	12 成人の日 納豆・ほうれん草・人参・キャベツ・ハム・コーン・マヨドレ・味噌・醤油 みそ汁 長いも・人参・油揚げ・ねぎ・だし・味噌 フルーツ	13 ごはん さばのおろし煮 さば・醤油・砂糖・酒・生姜・大根・だし ほうれん草のナムル ほうれん草・コーン・もやし・人参・醤油・ごま油・ごま 豆乳みそ汁 じゃが芋・油揚げ・玉ねぎ・人参・菜の花・だし・味噌・豆乳 フルーツ	14 ごはん チキンチキンごぼう ★ 鶏もも肉・ごぼう・片栗粉・油・砂糖・みりん・酒・醤油 ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー・キャベツ・人参・コーン・かつお節・砂糖・醤油 みそ汁 大根・人参・もやし・木綿豆腐・菜の花・だし・味噌 フルーツ	15 味噌ラーメン 中華麺・豚肉・コーン・もやし・チンゲン菜・人参・干し椎茸・ごま油・ねぎ・だし・醤油・塩・味噌 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ・砂糖・醤油・グリーンピース・だし だいこんサラダ 大根・人参・かいわれ大根・コーン・ツナ・マヨドレ	16 ごはん 揚げ出し豆腐 木綿豆腐・片栗粉・油・醤油・みりん・砂糖・だし・菜の花・かつお節 さつま芋サラダ ★ さつま芋・ハム・干しぶどう・りんご・胡瓜・マヨドレ みそ汁 えのき・わかめ・人参・玉ねぎ・だし・みそ フルーツ	17 はっぴようかい 米・豚もも・玉ねぎ・人参・醤油・砂糖・みりん・かいわれ大根 はんぺんサラダ はんぺん・コーン・胡瓜・ハム・小松菜・トマト・マヨドレ みそ汁 玉ねぎ・さつまいも・わかめ・油揚げ・だし・味噌 フルーツ
おやつ	スティックパイ 牛乳 パイ生地・粉チーズ・グラニュー糖	スイートポテト 牛乳 さつま芋・砂糖・バター・牛乳・卵	牛しぐれおにぎり 牛乳 米・塩・牛肉・生姜・油・醤油・砂糖・刻みねぎ	レモンケーキ 牛乳 ホットケーキ粉・牛乳・砂糖・バター・レモン		
昼食	19 ごはん 鮭のムニエル 鮭・塩・小麦粉・バター・レモン汁 納豆サラダ 納豆・ほうれん草・人参・キャベツ・ハム・コーン・マヨドレ・味噌・醤油 みそ汁 長いも・人参・油揚げ・ねぎ・だし・味噌 フルーツ	20 ごはん かに玉のあんかけ 卵・かに・かまぼこ・玉ねぎ・干し椎茸・醤油・砂糖・酢・水・片栗粉・グリーンピース れんこんとひじき煮 れんこん・ひじき・さつまいも・人参・油揚げ・だし・砂糖・醤油・酒・みりん しじみ汁 しじみ・菜の花・だし・味噌 フルーツ	21 おたんじょうび会 手作りふりかけごはん 米・しらす・刻み昆布・ごま・かつお節・青のり・醤油・みりん 鶏のから揚げ 鶏もも・醤油・酒・生姜・にんにく・片栗粉・油 元気サラダ キャベツ・胡瓜・トマト・人参・ハム・コーン・かつお節・酢・砂糖・油・塩・醤油 冬野菜ポトフ ベーコン・かぶ・ほうれん草・人参・玉ねぎ・コンソメ・塩・豆乳 フルーツ	22 スタミナ納豆丼 米・ひきわり納豆・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・にんにく・生姜・ごま油・菜の花・醤油・酒・砂糖 ジャーマンポテト ★ じゃが芋・ウインナー・玉ねぎ・コーン・塩・コンソメ ボイルブロッコリー ブロッコリー・塩 みそ汁 卵・玉ねぎ・人参・菜の花・だし・味噌 フルーツ	23 ごはん 豆腐のまさご揚げ 豆腐・鶏ひき肉・えび・人参・卵・ごま・醤油・みりん・塩・油・片栗粉 白菜と水菜のお浸し 白菜・水菜・人参・ハム・醤油・砂糖 石狩汁 鮭・玉ねぎ・えのき・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・菜の花・だし・味噌 フルーツ	24 豚丼 米・豚もも・玉ねぎ・人参・醤油・砂糖・みりん・かいわれ大根 はんぺんサラダ はんぺん・コーン・胡瓜・ハム・小松菜・トマト・マヨドレ みそ汁 玉ねぎ・さつまいも・わかめ・油揚げ・だし・味噌 フルーツ
おやつ	マヨコーンピザ 牛乳 ピザクラフト・マヨドレ・コーン・ハム・玉ねぎ・パセリ粉・チーズ	カムカムライス 牛乳 米・人参・ひじき・醤油・砂糖・小松菜・しらす干し・ごま油・ごま	フルーツパフェ 牛乳 苺・みかん缶・玉豆缶・バイン缶・生クリーム・砂糖・コーンフレーク	カレー蒸しパン 牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・油・豆乳・カレー粉・コーン缶・ハム	チョコクリームサンド 牛乳 ロールパン・ココア・三温糖・コーン・スターチ・牛乳	
昼食	26 ごはん さわらのカレー風味揚げ さくら・カレー粉・片栗粉・油・塩・醤油 カリフラワーとコーンのサラダ カリフラワー・コーン・ブロッコリー・人参・酢・塩・砂糖・油 みそ汁 じゃが芋・油揚げ・玉ねぎ・人参・えのき・わかめ・だし・味噌 フルーツ	27 おべんとうの日 おべんとう 黒糖ラスク 牛乳 食パン・黒砂糖・バター・水	28 ハヤシライス 米・牛肉・玉ねぎ・しめじ・トマト缶・ハヤシルー・水 バイクドポテト ★ じゃが芋・チーズ チョレギサラダ レタス・胡瓜・玉ねぎ・ごま・焼きのり・醤油・ごま油・塩 フルーツ	29 和風きのこスープパスタ ゆで麺・えのき・しめじ・玉ねぎ・ピーマン・黄ピーマン・ツナ・にんにく・オリブオイル・水・醤油・みりん・塩・焼きのり かぶの梅マヨ和え かぶ・大根・胡瓜・梅干し・マヨドレ・かつお節 がんもどきの煮物 がんもどき・だし・醤油・砂糖 フルーツ	30 ごはん 野菜のキッシュ 卵・チーズ・ほうれん草・玉ねぎ・赤ピーマン・塩・牛乳・砂糖・ケチャップ ごぼうサラダ ★ ごぼう・人参・キャベツ・胡瓜・コーン・ツナ・ごま・マヨドレ ビーフンスープ ビーフン・ねぎ・人参・玉ねぎ・鶏がらだし・醤油・塩 フルーツ	31 ひじきごはん 米・芽ひじき・油揚げ・人参・油・醤油・砂糖・塩 マカロニサラダ マカロニ・胡瓜・人参・ツナ・コーン・マヨドレ けんちん汁 木綿豆腐・鶏もも・大根・人参・ごぼう・椎茸・菜の花・だし・醤油・塩・酒 フルーツ
おやつ	キンパおにぎり 牛乳 米・たくあん・焼きのり・ごま油・ほうれん草・豚ひき肉・ごま・酒・砂糖・醤油・味噌・にんにく		五目ビーフン 牛乳 ビーフン・豚・塩・人参・にら・干し椎茸・干しエビ・油・椎茸汁・塩・醤油・酒・砂糖	おからクッキー 牛乳 おから粉・バター・砂糖・グラニュー糖・おから	かぼちゃスコーン 牛乳 かぼちゃ・ホットケーキ粉・砂糖・バター・牛乳	

今年も残すところあと、数日となりました。今年は、食に関する行事が沢山出来て、子どもたちと一緒に食の大切さや食べる楽しさを体感できた年でした。今月は、おもちつきや、クリスマスバイキングと楽しい行事があり子供たちの笑顔がたくさん見れました。年末年始は普段と違う生活リズムになる方も多いと思います。まだまだ感染症も流行していますので、栄養ある食事を摂って楽しいお正月をお過ごしください。

おもちつき会をしたよ！

12月17日に玉湯の高齢者クラブの方に来ていただき、さくら組さんがおもちつき体験をしました。臼と杵を使っておもちつきをするのは初めての子どもが多く、最初は音と勢いにびっくりしていた様子も見えましたが、次第に「よいしょ～！よいしょ～！」と掛け声をかけながら一人ずつが杵を使いおもちをつきました。出来上がったおもちでそれぞれがお家に飾るミニ鏡餅を作り、高齢者クラブの方には年始に保育園の玄関に飾る大きな鏡餅を作っていただきました。



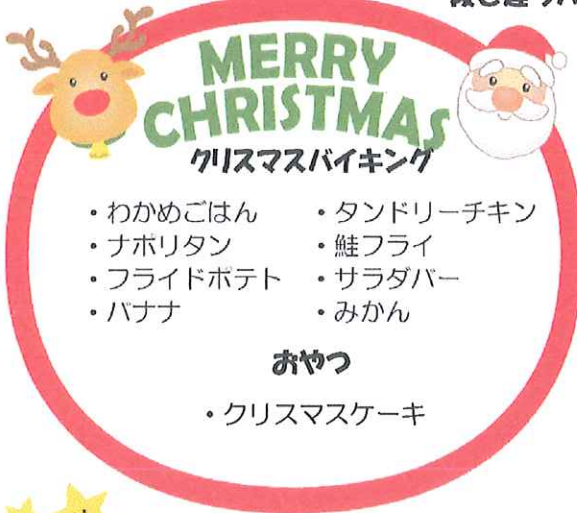
「よいしょ～！よいしょ～！」
と、大きな声で掛け声をした
よ！！



おもちめるの楽しいね～♪
こねこね～こねこね～♪

MERRY CHRISTMAS

12月23日にクリスマスバイキングをしました！普
段と違うバイキング給食にみんな大喜びでした♪



- ・わかめごはん
- ・ナポリタン
- ・フライドポテト
- ・バナナ
- ・タンドリーチキン
- ・鮭フライ
- ・サラダバー
- ・みかん

おやつ

- ・クリスマスケーキ



おいしいね～おかわり沢山
するよ～！！とうれしい声が
聞こえます^^



毎日この献立
がよいいな～
♪♪



1月 旬の食材

- ・カリフラワー・大根・れんこん
- ・キャベツ・ねぎ・小松菜・白菜
- ・ブロッコリー・水菜・長いも
- ・ほうれん草・いよかん・ぼんかん
- ・りんご・いちご・たら・しじみ
- ・さくら