

給食室

あけましておめでとうございます。

お正月はたのしくすごせましたか？この冬は暖冬とはいえ、やはり寒いですよ。

年末年始で乱れてしまったリズムを少しずつ整えていけたらいいですね。

新しい年を迎え卒園・進級まであと3ヶ月になりました。

2024年も「食」を通して子どもたちのすこやかな成長を見守っていきたいと思いますので今年も一年どうぞよろしく申し上げます。

行事食予定

9(火) 鏡開き

鏡開きとはお正月に年神様にお供えしていた鏡餅を上げて割って食べる昔からの日本の習慣です。

保育園ではこの日に、お正月らしいメニューとおやつには七草がゆの代わりに七草おにぎりを

提供します。おうちでもお正月にたくさんおいしいものを食べたかな？

いつもと少し違う保育園のお正月メニューも楽しみにしていてね。



19(金) 誕生会

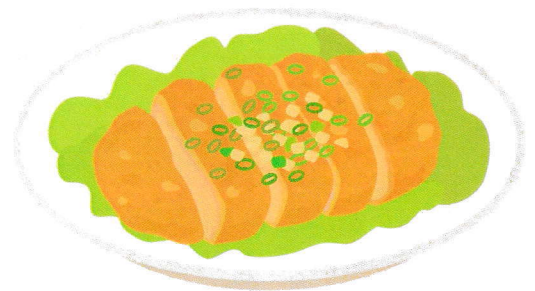
今月の誕生会メニューは、人気の油淋鶏、

ビーフン炒め、中華スープ、ごはんです。

おやつにはヨーグルトスフレケーキを作ります☆

甘酸っぱくてフワフワでおいしいよ♪

みんなが喜んでくれるようがんばって作ります！



🎄 クリスマス会メニュー 🎄

12/20(水) クリスマスメニューを作りました。

☆白身魚のフリッター

カラッと揚がったカレイのフリッターにオーロラソースをかけました。

ケチャップとマヨドレで作ったオーロラソースは子どもたちの大好きな味です。

☆ポテサラツリー

クラスごとにポテサラをツリーの形にして提供しました。

おほしさんのにんじんが当たったお友だち、たくさんいたかな～★

☆コンソメスープ

☆ごはん

☆クリスマスシフォンケーキ

クリスマスらしい緑色の抹茶のシフォンケーキに豆乳ホイップといちご、

黄桃缶、カラフルシュガーをトッピングしました。みんな喜んでくれていました😊



	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)
3歳未満	491	18.3	16.4	309	1.4	183
3歳以上	592	22.1	18.9	312	2.0	213

	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
3歳未満	0.30	0.45	25	2.7	1.3
3歳以上	0.38	0.47	31	3.7	1.8

