

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？ここ数年は暖冬が続いていましたが、今年の冬は本当に寒いですよ。

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。

2025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お祈りします。



行事食予定

8日(水) 七草の節句 (人日の節句)

毎年1月7日に七草がゆを食べて、1年間病気をせずに元気に過ごせるようにと願う日です。

保育園では8日(木)のおやつに七草おにぎりを提供します。鮭も一緒に混ぜ込んで、食べやすくアレンジしているので毎年人気のおにぎりです。みんなの健康を願いながら心を込めてにぎります。

10(金) 誕生会

2025年最初の誕生会メニューは、サクッとふんわりなしらすのかき揚げ、さっぱりとして人気の酢の物、みそ汁、ごはんです。

おやつには好評な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！



14(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下げ、割って食べる昔からの日本の習慣です。

多くの地域で1月11日に行われています。2025年1月11日は土曜日なので、

保育園では14日(火)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。

鏡開き



🎄 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。

☆チキンステーキきのこクリームソース

パリッと焼きあがったチキンステーキに、手作りホワイトソースで作ったきのこソースをかけました。
ボリュームもあって子どもたちも満足してくれていました。

☆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～★

☆ミネストローネ

お野菜がたっぷり入った栄養満点なほっこりスープ。クリスマスカラーの赤が食欲をそそります。

☆ごはん

☆クリスマスドーナツ

クリスマスらしい緑色の揚げたてドーナツをひとつひとつ粉砂糖でグレイズして
かわいい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◎



お知らせ

☆1月4日(土)はお弁当日です。おやつには牛乳、市販菓子(乳・卵不使用)を提供します。

	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 (μ g)
3歳未満	446	17.9	14.9	292	1.4	189
3歳以上	526	20.3	15.1	241	2.1	207

	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	0.3	0.43	24	2.7	1.2
3歳以上	0.36	0.39	30	3.8	1.6

