



# 12月の予定献立表



2021年12月1日  
王子町保育園

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		朝おやつ 蓮根と豚肉のオイスター炒め 里芋のごまマヨサラダ 果物 カレーチーストースト	朝おやつ ポークビーンズ スパゲティサラダ 果物 きなこちんすこう	朝おやつ すき焼き卵 かぶの酢の物 果物 薩摩芋の揚げ饅頭	朝おやつ 肉うどん 果物 大豆とかえりの甘煮
6	7	8	9	10	11
朝おやつ 魚の香味たれ焼き ひじきの炒め煮 人参の甘煮 果物 芋蒸しパン	朝おやつ 福袋煮 エビと薩摩芋のサラダ 果物 親子うどん	朝おやつ オープンオムレツ ブロッコリーの ホットサラダ フルーツミルク和え	朝おやつ 元気ナゲット 春雨の和え物 ブロッコリー 果物 豆乳もち	朝おやつ 豚の生姜焼き ごまじゃこサラダ 果物 わかめチーズおにぎり	朝おやつ クロックムッシュ コンソメスープ 果物 みたらし団子
13	14	15	16	17	18
朝おやつ 冬野菜カレー マカロニサラダ 焼き南瓜 果物 お麩の黒糖からめ	朝おやつ 凍り豆腐のオランダ煮 切り昆布の当座煮 果物 肉まん	朝おやつ お好み焼き風卵焼き ちりめん入り金平 果物 コーンおにぎり	朝おやつ 魚と切干大根の煮つけ 蓮根の白和え 果物 カルシウムかりんとう	<b>おめでとう</b>  <b>誕生日会</b>	朝おやつ 焼きそば ゆで卵 果物 ホットケーキ
20	21	冬至 22	23	24	25
<b>お弁当日</b> 	朝おやつ 炒り豆腐 わかめとカニカマの酢の物 果物 じゃが丸くん	朝おやつ コーン入り豆乳卵スープ 南瓜のいとこ煮 ししゃも マカロニあられ	朝おやつ 魚のマヨポン揚げ 小松菜ときのこの和え物 人参の甘煮 果物 ヨーグルトムース	 <b>クリスマス会</b>	朝おやつ スタミナチャーハン わかめスープ 果物 プリン
27	28		9時のおやつ 献立 3時のおやつ	~予定献立についてのお知らせ~ 食材の入荷の都合などにより、献立を変更することがありますのでご了承下さい。	
朝おやつ 魚の野菜あんかけ ほうれん草としめじのソテー 果物 ふかし芋	朝おやつ 年越しうどん ひじきの納豆和え 果物 おでんクッキー				

## 11月の様子♪

子ども達の作ったパンです(^^)



## 冬至の話

冬至は、1年で一番昼が短い日。この日を境にだんだん日が長くなっていきます。冬至の日には、かぼちゃを食べ、ゆず湯に入る習慣がありますね。「冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかない」と聞いたことはありませんか。野菜の少ない冬、保存のきくかぼちゃを食べて栄養を補い、健やかに過ごそうという古来の知恵です。ゆず湯に入るのも、血行が促進され、体が温まるからです。こうしたすばらしい知恵を、子どもたちにも伝えていきましょう。

