

令和6年度 12月 給食献立表

こども園まこと

曜日	全員共通献立	あかちゃん ぺんぎん主食	3時おやつ (2・3号認定)	1号認定 給食提供
2・16 月	味噌汁 チンジャオロースー 甘酢白菜 果物	ごはん	牛乳 人参ケーキ	○
3・17 火	味噌汁 さば竜田揚げ ほうれん草中華和え 果物	ごはん	牛乳 豆パン	○
4・18 水	さつま汁 豚肉の生姜焼き 小松菜ツナ和え 果物	ごはん	ヨーグルト 鉄強化菓子	○
5・19 木	味噌汁 納豆かき揚げ もやしのお浸し 果物	ごはん	5日牛乳、ホットケーキ 19日牛乳、南瓜小倉煮	○
6 金	豆乳味噌汁 ほっけのごま焼き 切干大根とひじき煮 果物	ふりかけごはん	牛乳 南瓜パン	○
20 金	クリスマス会食	☆お楽しみメニュー☆		○
7・21 土	味噌うどん キャベツしめじ炒め 果物	味噌うどん	牛乳 市販菓子	△
9・23 月	スープ 鮭の磯辺揚げ もやしの生姜和え 果物	ごはん	牛乳 市販菓子	○
10・24 火	味噌汁 鶏肉ハンガリー風煮込み 白菜とチンゲン菜のお浸し 果物	ごはん	牛乳 きなこマフィン	○
11・25 水	ほうれん草ポタージュ たらのムニエル風 キャベツと人参のサラダ 果物	バターロール	牛乳 ツナコーンおやき	○
12 木	味噌汁 ヒレカツ 大根のり和え 果物	ごはん	牛乳 オレンジゼリー	○
26 木	お弁当日		牛乳 市販菓子	△
13・27 金	根菜カレー ほうれん草えのき和え 果物	ごはん	牛乳 市販菓子	13日○ 27日△
14・28 土	ミートソースパゲティ 小松菜しらす和え 果物	ミートソースパゲティ	牛乳 市販菓子	△

※ あかちゃん・ぺんぎん組の午前のおやつは牛乳とくだものです(毎日つきます)
12月19日のおやつに小豆が出ます。小豆を食べたことがない方は、お試しいします。

【今月提供予定の果物】
りんご、みかん、バナナなど

《食のウォッチング》

食事のマナー

食事のマナーを身に付けることは、相手と気持ちよく食事することに繋がります。食事の時間を豊かにするために、正しい食事のマナーを子ども達に伝えていくことが大切です。

ご存じですか？和食の配膳

和食の器の正しい並び方は、向かって左前にご飯、右前に汁物、右奥に魚、肉、大豆、卵料理などの主菜、左奥に野菜や芋などの副菜を置きます。お箸は持つ部分を右側にして手前に横一文に置きます。和食の配膳は、とても合理的に食べやすくできています。親子で確認しながら、配膳してみてください。



甘酢白菜

〈材料 幼児6人分〉
白菜 葉5枚 砂糖 小さじ1
酢 小さじ1強 塩 少々

〈作り方〉

- ①白菜は長さ2～3cmの太めの千切りにし、ゆでて冷ましておく。
 - ②調味料を混ぜ合わせ、①と和える。
- ※合わせ酢は、火にかけ冷ますと酸味が和らぎ、まろやかになります。