

# 令和6年度 12月給食予定献立表

認定こども園 紫原幼稚園

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
2 ツナとひじきのあつやきたまご はるさめサラダ じゃがいものみそしる	3 年長そば打ち ごもくうどん のりたまふりかけ じゃこサラダ	4 ぶりのてりやき やさいのカレーいため よしのじる	5 みそおでん やさいのごまあえ バナナ	6 クロワッサン・ぎゅうにゅう わふうミートボール ブロッコリーサラダ コーンたまごスープ	7 マーボードウフ もやしのちゅうかサラダ エッグスープ
スキムミルク くろざとうクッキー	スキムミルク ホームパイ・みかん	スキムミルク スイートポテトパイ	スキムミルク コロコロホットケーキ	むぎちゃ おにぎり	スキムミルク スティックチーズ・りんご
9 おさかななんばん シャキシャキサラダ もずくスープ	10 きんぴらぎゅうどん こまつなのさんしょくあえ いしかりじる	11 クリスマス誕生会 カレーピラフ とうふいりチキンナゲット せんざりだいこんのごまあえ ポトフ クリスマスケーキ	12 にくじゃが さっぱりあえ あつあげのみそしる	13 レバーのあまみそがらめ ちくわとチーズのサラダ すましじる	14 ハヤシライス マカロニサラダ
スキムミルク バナナブラウニー	スキムミルク シュガートースト	スキムミルク あおのりいりこ・ゆきのやど	スキムミルク おこのみやき	スキムミルク バナナ・マリービスケット	スキムミルク バウムクーヘン
16 ツナとひじきのあつやきたまご はるさめサラダ じゃがいものみそしる	17 ぶりのてりやき やさいのカレーいため よしのじる	18 みそおでん やさいのごまあえ バナナ	19 もちつき大会 やきそば わかめスープ てづくりふりかけ	20 終業式 マーボードウフ もやしのちゅうかサラダ エッグスープ	21 そば打ち・もちつき大会 ごもくそば(ごもくうどん) のりたまふりかけ
スキムミルク くろざとうクッキー	スキムミルク スイートポテトパイ	スキムミルク コロコロホットケーキ	スキムミルク ひとくちゼリー・まがりせんべい	スキムミルク スティックチーズ・りんご	スキムミルク ホームパイ・みかん
23 クロワッサン・ぎゅうにゅう わふうミートボール ブロッコリーサラダ コーンたまごスープ	24 おさかななんばん シャキシャキサラダ もずくスープ	25 きんぴらぎゅうどん こまつなのさんしょくあえ いしかりじる	26 にくじゃが さっぱりあえ あつあげのみそしる	27 ハヤシライス マカロニサラダ	28 愛情弁当の日 (弁当・水筒)
むぎちゃ おにぎり	スキムミルク バナナブラウニー	スキムミルク シュガートースト	スキムミルク おこのみやき	スキムミルク バウムクーヘン	
30 休園日	31 休園日	<p>風邪のはやる季節です。手洗い・うがいで予防も大切ですが、基本は栄養バランスの良い食事です。12月は、食生活や生活リズムも乱れやすくなります。ふだんの食事に気を配りながら、風邪に負けない身体作りをして早めの予防・回復で年末を乗り切りましょう。</p> <p>一年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物のカボチャ(なんきん)を食べます。昔は夏が旬のカボチャを冬まで保存し、貴重なビタミン源として冬に食べました。この日にカボチャを食べると、風邪をひかないといわれます。カボチャと小豆を煮た「いとこ煮」を食べる地方もあります。ユズ湯は、ユズの強い香りで邪気を払うとされています。ユズの成分が血行を促進し、身体をあたためて風邪を予防します。</p> <p>※今年度より、もちつき大会でのものは誤嚥の恐れがあるため提供はありません。また、お弁当の日にミニトマト・ぶどうなど丸いものは入れないようご協力をお願いします。</p>			