

12月の献立

古志ひまわり保育園
Tel: 23-1504 Fax: 23-1505
メールアドレス: koshi@h-himawari.net

*都合により、献立を変更する場合があります。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 ごはん 豚肉と大根の ごまみそ煮 小松菜のソテー 春雨スープ	2 ごはん 鶏手羽元の照り煮 納豆和え みそ汁	3 大根めし 厚揚げのしょうゆ麴煮 ブロッコリーの みそ汁 天ぷら 人参のごま和え みそ汁	4 ごはん 焼き鯖と白ねぎの煮物 ほうれん草の浸し 豆乳みそ汁	5 中華おこわ もやしのスープ
	煮豆 果物 お茶	青のりおにぎり いりこ お茶	焼き芋 するめ 牛乳	もっちり黒ごま 昆布 牛乳	パン いりこ お茶
7 すき焼きうどん 蒸しブロッコリー 赤貝の煮付け	8 お弁当の日	9 ごはん 魚のねぎみそ焼き アラメと大豆の煮物 冬野菜の ぽかぽかスープ	10 ごはん 蒸し豆腐の そばろあんかけ 大根の煮物 みそ汁	11 大根菜ごはん 厚揚げの柚子みそ焼き 根菜サラダ とろろ汁	12 ピビンバ みそ汁
小豆ごはんのおにぎり ごぼうの煮物 お茶	野菜おやき 昆布 お茶	干し大根のおにぎり するめ お茶	マカロニきなこ 果物 牛乳	ふかし芋 いりこ 牛乳	パン するめ お茶
14 ごはん 鶏肉の野菜あんかけ 炒めなま酢 みそ汁	15 ごはん 魚の塩麴焼き おから かぶの酢漬け みそ汁	16 赤貝ごはん 高野と干し大根の煮物 里芋の海老マヨ和え みそ汁	17 ごはん 焼き鯖の丸太焼き ほうれん草のナムル れんこんの煮物 みそ汁	18 クリスマス会 献立はお楽しみに!!	19 豆乳クリーム スパゲティ ごぼうの煮物
パン 昆布 牛乳	糸昆布のおにぎり いりこ お茶	にゅうめん お茶	蒸し里芋 するめ お茶		パン 昆布 お茶
21 (冬至献立) ごはん 高野と野菜の煮物 切り干し中華サラダ 豆乳南瓜スープ	22 ごはん 八宝菜 里芋の煮物 みそ汁	23 (もちつき会) ごはん 焼き魚 ブロッコリーの おかか和え 煮豆(黒豆) みそ汁	24 ごはん 大根のそばろ煮 アラメの炒め物 そうめん汁	25 れんこんごはん 煮魚 湯豆腐 ごまみそ汁	26 焼き海苔のおにぎり 肉団子のスープ
さつま芋の天ぷら いりこ お茶	野菜海苔巻き するめ お茶	お餅 果物 お茶	さつま芋カップケーキ 昆布 牛乳	きなこ大福 いりこ お茶	パン するめ お茶
28 ごはん 魚のてり焼き 納豆サラダ みそ汁	29 ごはん 車麩のから揚げ カリフラワーの 中華和え 酒粕汁	12/30~1/4 年末年始			
さつま芋入りおはぎ 昆布 牛乳	ジャムサンドパン いりこ 牛乳				

大きくなったよ

今年度、食事公開を行うことができませんでしたので、子どもたちの食事の様子をお伝えします。

<つぼみ組>

マッシュやコロコロ状のものを食べさせてもらっていた子どもたちが、今では自分で食べたいものを手づかみで食べるようになりました。1歳を迎え、苦手なものがある子もいますが、食べたい物が見えると言葉で伝えたり指さして教えてくれます。大人が「〇〇が食べたかったんだね」とお皿に入れてあげると嬉しそうに食べています。

離乳食の大切な時期に、美味しいものをいっぱい食べて、お腹も心も満たされる楽しい経験を積み重ねることで、食べることが大好きな子になってくれるよう、成長を見守りたいと思います。



<つくし組>



離乳食から幼児食へと変わり、食材の幅も広がりました。「ごはんだよ～」と大人が食事を運ぶと、自分から椅子に座り美味しそうに黙々と食べている姿が見られるようになりました。お替りも、「人参ちょうだい」「お肉ちょうだい」と自分の言葉で伝え毎日お腹いっぱい食べています。

好き嫌いも出てくる時期ですが、調理の工夫もしながら、子どもたちが「食べてみたいな」と思えるような食事作りとしていきたいと思っています。