

給食だより

グリーンローズてがた保育園

先月、ぱんだ組さんでは、ジャムサンドの型ぬき、フルーツヨーグルトのトッピングに挑戦しました。一生懸命に取り組む姿もみられ、自分で作った事を喜び、大満足のぱんだ組さんでした。

そう組、きりん組さんは、クッキングを重ねる度にピーラーや包丁を使うのが上手になってきました。上手に使えるようになる事も嬉しい事ですが、調理過程での炒めている音や色の変化、ふたを開けた時のモアモアした湯気など、完成までのたくさんの感動や発見をお話してくれる子どもたちです。

大きくなっていつか、「保育園でクッキングしたよね。楽しかったよね」と思いだしてくれるような心に刻む食育ができればいいなと思っています。今月も楽しい行事が盛りだくさんです。どうぞ、楽しみにして置いて下さいね。

栄養士より

★ 毎月のお誕生会のケーキは、そう組さんのお誕生者のリクエストにより決めています。今月は、そう組さんで、お誕生者がいませんでしたので、こちらの方で決めさせて頂きました。12月のお誕生会ケーキは、「アンパンマンとバイキンマン」のケーキです！

12月の予定

- 8日(火) 食育ピンポン♪(未満児)
人参の皮むき(ぱんだ組)
- 9日(水) ジャムサンドを作ろう(ぱんだ・以上児)
- 14日(月) クッキング「お好み焼き」(そう)
- 16日(水) クッキング「お好み焼き」(きりん)
フルーツヨーグルトにトッピング(ぱんだ・こあら)
- 18日(金) 食育ピンポン♪(以上児)
お誕生会(全園児)
12月生まれのお友達のお誕生会です
おうちの方と一緒に祝いします
- 21日(月) 人参の皮むき(こあら)
だまこを作ろう！(ぱんだ・以上児)
- 22日(火) 冬至
- 24日(木) クリスマスランチバイキング(ぱんだ・以上児)
ジャムサンドを作ろう(ぱんだ・以上児)
- 28日(月) 納豆をかけてみよう(ぱんだ・以上児)

★ 感染性の病気が流行った場合には、中止する事もありますので、ご了承ください

お誕生会



アンパンマンとバイキンマンのケーキです！



給与栄養量

	未満児	以上児
エネルギー	523 kcal	570 kcal
たんぱく質	19.6 g	21.2 g
脂質	13.1 g	13.5 g
カルシウム	250 mg	275 mg
ビタミンC	28 mg	34 mg

- ・ 給食のメニューやおやつのは、変更する事がありますので、ご了承ください
- ・ 午前のおやつについて(未満児) 牛乳・お菓子(少量)

延長おやつ

月	火	水	木	金	土
焼きおにぎり 麦茶	ブチ肉まん 麦茶	パ ン 茶 麦茶	ヨーグルト 麦茶	焼きおにぎり 麦茶	せんべい 麦茶

🍎 給食室から 🍎

11月の給食は、秋～冬の旬の食材を使ったメニューがたくさんありましたね。秋の味覚ランチには、栗やきのこ、柿、ぶどう等が並び、秋の旬を一度に味わう事ができたようで、子供たちも大喜びでした。11月下旬には、きりたんぼも登場し、自分たちで、だまこをお友達と見せ合ったりして楽しみながら食べていましたよ。日に日に寒さが増し、冬の訪れを感じる季節になりました。風邪をひかないように、体が温まる料理や旬の野菜をたくさん食べて、冬の寒さを乗り切りましょう。

🍎 調理師 より 🍎

