

# 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

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 ごはん 厚揚げの中華煮 じゃが芋のおかか和え ワカメスープ	2 ごはん 魚の竜田焼き 大根の煮物 みそ汁	3 ごはん 高野豆腐と 干し大根の煮物 糸昆布の炒め物 みそ汁	4 大根めし 魚の葱みそ焼き 青菜のソテー すまし汁	5 鮭おにぎり みそ汁
	もちもちチーズパン するめ お茶	焼き海苔のおにぎり 野菜 お茶	ちぎりパン いりこ 牛乳	ふかし芋 昆布 牛乳	果物 いりこ お茶
7 ごはん 大根のそぼろ煮 ポテトサラダ みそ汁	8 きつねうどん 赤貝の煮付 青菜のナムル	9 ごはん 厚揚げの柚子みそ焼き 干し大根の煮物 すまし汁	10 ごはん 煮魚 野菜の五目煮 みそ汁	11 ごはん 豆腐ステーキ (野菜あんかけ) 里芋サラダ みそ汁	12 あんかけ焼きそば ごぼうの煮物
お好み焼き するめ お茶	黒豆おにぎり 野菜 お茶	団子汁 いりこ お茶	ごませんべい 野菜 お茶	じゃがもち 昆布 牛乳	パン するめ お茶
14 ごはん がんもの甘酢煮 蓮根の煮物 冬野菜のクリーム スープ	15 ごはん イカと大根の煮物 もやしのナムル すまし汁	16 ごはん おでん 青菜ともやしの浸し みかん	17 ごはん 焼き魚 大根のナムル 人参の煮物 長いものみそ汁	18 <b>クリスマス会</b> 献立はお楽しみに! 	19 大根菜のおにぎり 豚汁
玄米焼きおにぎり 野菜 お茶	黒ごま団子 するめ 牛乳	干し大根のおにぎり いりこ お茶	マカロニきなこ 野菜 牛乳		果物 昆布 お茶
21 ごはん 麻婆豆腐 大根の酢の物 コーンスープ	22 赤貝ごはん 高野豆腐の煮物 白菜の浸し みそ汁	23 <b>天皇誕生日</b> 	24 <b>もちつき会</b> とりもち ブロッコリーの おかか和え 粕汁 焼き芋 するめ 牛乳		25 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 里芋の煮物 すまし汁
ごまじゃこおにぎり 野菜 お茶	南瓜マフィン 昆布 牛乳	12/30~1/4 年末年始 		<b>お知らせ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・18日(金)クリスマス会</li> <li>・24日(木)餅つき会</li> <li>・29日(火)お弁当の日</li> </ul> 年末年始のお休み 12月30日(水)~1月4日(月)	
28 ごはん 厚揚げステーキ アラメの炒め物 ちゃんぽんスープ	29 <b>お弁当の日</b> 			系昆布のおにぎり 野菜 お茶	きなこ団子 昆布 お茶

今年も残り1ヶ月となりました。季節もすっかり冬になり毎日寒い日が続きます。今年はどうな1年でしたか？異常気象や災害の影響もあり野菜の高騰に悩まされた1年でしたが、子どもたちは日々大きく成長し驚かされることも多かったです。そして好き嫌いもありますが季節の野菜をたくさん食べみんな元気に過ごすことができました。今月は行事もたくさん予定しています。子どもたちと一緒に楽しんでいきたいと思ひます。

## 研修に参加してきました

11月28・29日の2日間、鹿児島県で行われた“給食セミナー”に参加しました。2日間保育園の給食についてじっくり学ぶ良い機会となりました。その中から紹介します。

今年度から新制度が始まりましたが、消費税が上がると福祉に財政をと国は言っていますが現実には増税されたほとんどのお金が大企業減税の穴埋め、防衛費にまわされていることを知り悲しい気持ちになりました。

国は保育園給食を大切と言いつつも流れは業務委託へと進んでいるのが現状です。食べることは生きること、食べる意欲は全ての意欲へとつながります。未来ある子どもたちが毎日楽しく生活できるようにこれからも頑張っていきたいと思ひます。



里芋の美味しい季節になりました。家庭ではどんな料理で食べていますか？保育園で食べる里芋料理を紹介します。

<里芋の煮物を使ってアレンジしてみましよう>

- |                   |   |                    |   |        |
|-------------------|---|--------------------|---|--------|
| マヨネーズ・しょうゆ        | + | ごま                 | → | ごまマヨ和え |
|                   | + | 干し海老               | → | 海老マヨ和え |
|                   | + | きゅうり<br>人参・ハム<br>卵 | → | 里芋サラダ  |
| 味噌・砂糖・みりん         | + | 柚子                 | → | 柚子みそ和え |
|                   | + | ねぎ                 | → | ねぎみそ和え |
|                   | + | ごま                 | → | ごまみそ和え |
|                   | + | 干梅                 | → | 梅みそ和え  |
| 青のり・片栗粉をまぶして油で揚げる |   |                    | → | 磯部揚げ   |

里芋の煮物に少し手を加えるだけでまた違った味が楽しめます。子どもたちも食べてくれます。

