12月 こんだて

				あかのなかま からだをつくる	みどりのなかま からだの調子をととのえる	きいろのなかま エネルギーのもとになる	その他調味料	主食
	2	月	鶏肉のマーマレード焼き・三色おひたし・みそ汁・果物	鶏もも肉・巻麸・みそ	しょうが・マーマレード・ほうれん草・人参・コーン・大根・長ねぎ・果物		しょうゆ・酒・だし汁	なめしごはん
	3	火	【本社弁当】 肉団子・白身フライ・ナチュラルポテト・和え物・ゼリー	タラ・鶏肉・豚肉	ほうれん草・にんじん・たまねぎ・しょうが	油・パン粉・小麦粉・砂糖・じゃがいも	しょうゆ・塩・ケチャップ・酢	わかめごはん
フォーク	4	水	ミートスパゲッティ・ふかし野菜・牛乳・果物	豚ひき肉・牛乳	人参・玉ねぎ・トマト缶・パセリ粉・コーン・果物	マヨドレ・じゃがいも・さつまいも・砂糖	塩・コンソメ・ケチャップ	スパゲッティ
スプーン	5	木	【食育の日】 白菜のシチュー・切干大根のごまサラダ・果物	鶏もも肉・牛乳	白菜・人参・玉ねぎ・しめじ・切干大根・きゅうり・もやし・果物	すりごま・じゃがいも・油・マヨドレ・砂糖	ホワイトルウ・シチューミックス・しょうゆ	クロワッサン
	6	金	サバの味噌煮・ひじきの炒り煮・すまし汁・ディズニーチーズ	サバ・みそ・ひじき・さつま揚げ・豆腐・かまぼこ・わかめ・チーズ	しょうが・ごぼう・人参・干ししいたけ・きぬさや・長ねぎ	砂糖・しらたき・油	みりん・しょうゆ・だし汁・塩・酒	ごはん
	9	月	白身フライ・三色ナムル・みそ汁・果物	タラ・わかめ・豆腐・巻麸・みそ	ほうれん草・人参・もやし・果物	パン粉・小麦粉・油・砂糖・ごま油	塩・しょうゆ・酢・だし汁・タルタルソース	なめしごはん
スプーン	10	火	中華丼・キャベツの塩昆布あえ・中華スープ・果物	豚肉・かまぼこ・わかめ・昆布	白菜・玉ねぎ・人参・干ししいたけ・チンゲン菜・しょうが・キャベツ・きゅうり・長ねぎ・えのき・果物	油・ごま油・片栗粉	中華だし・塩・しょうゆ	ごはん
	11	水	【12月誕生会】 肉団子・唐揚げ・ツナサラダ・コーンスープ・ゼリー	ツナ・鶏肉・豚肉	ブロッコリー・キャベツ・にんじん・コーン・たまねぎ・しょうが・フルーツ果汁・みかん缶	油・パン粉・砂糖・小麦粉・米粉	コーンクリーム・塩・しょうゆ・ケチャップ・酢	わかめごはん
	12	木	【お弁当DAYのため、給食はありません】					
	13	金	【クリスマス音楽会のため、給食はありません】					
スプーン	16	月	親子丼・春雨サラダ・みそ汁・果物	鶏もも肉・鶏卵・ロースハム・わかめ・みそ・油揚げ	玉ねぎ・人参・グリンピース・きゅうり・えのき・キャベツ・果物	砂糖・油・春雨・ごま油	だし汁・しょうゆ・塩・酒・酢	ごはん
スプーン	17	火	カレーライス・切干大根とツナの和え物・牛乳・果物	豚肉・ツナ缶・牛乳	玉ねぎ・人参・切干大根・きゅうり・もやし	じゃがいも・油・砂糖・ごま油・白玉・片栗粉	カレールウ・ケチャップ・ソース・しょうゆ・酢・酒	ごはん
スプーン	18	水	【給食最終日】【もちつき】 ビビンバ・卵焼き・チンゲン菜とわかめのスープ・みたらし団子	豚ひき肉・わかめ・豆腐・鶏卵	ぜんまい水煮・干ししいたけ・ほうれん草・もやし・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・コーン・果物	ごま油・砂糖・すりごま・油	しょうゆ・塩・中華だし・酢	ごはん
☆	19	木	【午前保育のため、給食はありません】					
★	20	金	【午前保育のため、給食はありません】					
△	23	月	【終業式のため、給食はありません】					
①	24	火	【冬休み】					
②	25	水	【冬休み】					
③	26	木	【冬休み】					
④	27	金	【冬休み】					
フォーク	☆		12/19（木）【午前保育】 希望者のみ ほうとううどん・即席漬け・果物	豚肉・油揚げ・ちくわ・みそ・昆布	大根・きゅうり・かぼちゃ・しめじ・長ねぎ・小松菜・かぶ・人参・果物		だし汁・塩	うどん
	★		12/20（金）【午前保育】 希望者のみ サバの塩焼き・小松菜のごま和え・みそ汁・動物ゼリー	サバ・みそ・わかめ	小松菜・人参・大根・もやし・フルーツ果汁	砂糖・すりごま・じゃがいも	塩・だし汁・しょうゆ	ごはん
	△		12/23（月）【午前保育】 希望者のみ チキンカツ・ひじきサラダ・みそ汁・果物	鶏肉・ひじき・ツナ缶・豆腐・わかめ・鶏卵・みそ	ほうれん草・れんこん・しめじ・果物	マヨドレ・油・小麦粉・パン粉	しょうゆ・ソース・塩・だし汁	ごはん
	①		12/24（火）【冬休み】 希望者のみ 星のハンバーグ・ポテトサラダ・コンソメスープ・果物	鶏肉・豚肉・ウインナー	玉ねぎ・人参・きゅうり・コーン・キャベツ・果物	油・砂糖・じゃがいも・マヨドレ	塩・ケチャップ・コンソメ	ごはん
	②		12/25（水）【冬休み】 希望者のみ 鶏の唐揚げ・クリスマスサラダ・白菜のスープ・キラキラゼリー	鶏肉・ベーコン	しょうが・ブロッコリー・人参・コーン・白菜・玉ねぎ・フルーツ果汁・果物	砂糖・小麦粉・米粉・マヨドレ・油	塩・しょうゆ・コンソメ	ロールパン
	③		12/26（木）【冬休み】 希望者のみ 赤魚のみそマヨ焼き・野菜のごまがらめ・さつまいものみそ汁・果物	赤魚・みそ・わかめ	キャベツ・きゅうり・人参・えのき・果物	砂糖・マヨドレ・ごま油・いりごま・さつまいも	しょうゆ・だし汁	ごはん
	④		12/27（金）【冬休み】 希望者のみ 肉じゃがコロッケ・キャベツのおかか和え・大根スープ・果物	かつお節・鶏ひき肉・豚ひき肉	長ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり・大根・しょうが・玉ねぎ・グリーンピース・果物	じゃがいも・砂糖・油・小麦粉・パン粉	しょうゆ・酒・塩・中華だし・みりん	ごはん

＊献立内容を変更する場合があります。
＊調味料のマヨネーズは、原材料に鶏卵の入っていない製品を使用しています。

令和6年度

給食だより

☆子どもの窒息事故に注意しましょう☆

噛んだり飲み込んだりする機能が未熟な幼児は、食品による窒息事故に注意が必要です。

窒息事故は、子どもの動き（泣く・遊ぶなど）や姿勢が原因で起こることがあります。

これからクリスマスや年末年始とイベントが続き、何かと慌ただしい時期になりますが、食事の時は、子どもが落ち着いて正しい姿勢で食べているか見守りましょう！

★子どもの食事の見守りポイント★

- ■正しい姿勢で座っているか
- ■子どもの口に合った量か（つめ込んでいないか）
- ■よく噛んで食べているか
- ■口の中の物を飲み込んでから次の一口をいれているか
- ■食事中に驚かせたりしていないか
- ■眠い時に無理に食べさせていないか
- ■泣いたり、笑ったりした後、食べ物を詰まらせていないか
- ■汁物などの水分を適度に口にしているか
- ■食後、口の中に食べ物が残っていないか

食育の日【白菜のシチュー】

今月の食育の日は、今が旬の白菜を使ったシチューです。具材をスープで煮たら、牛乳・シチューミックスを加え、塩で味を調えます。

仕上げにホワイトルウでとろみをつけたらできあがりです◎

給食では鶏肉を使用していますが、鮭やタラなどの魚を具材にしてもおいしくできます。