

12月

給食だより



日に日に気温が下がり、冬の訪れを感じる季節になりました。

12月はクリスマスや年末行事など、わくわくするイベントが満載ですね。

今年も、給食を通じて子どもたちの成長を感じることができました。

おいしく食べて笑顔でしめくくれるよう、今月も心をこめて給食を作っていきます。

今月の行事料理



【25日(木)クリスマス】

昼食：ピラフ、チキンカツ、
ブロッコリーのマカロニサラダ、コンソメスープ

午後おやつ：クリスマスデコレーション
(ほしぐみさんがケーキの飾りつけ用のフルーツを買いに行きます！)



今月の食育 りんごのヒミツ

りんごの旬は、10月～2月の秋から冬にかけてがおいしい季節です。種類は世界ではなんと1000種類以上、日本では約20～30種類もあるんですよ！なかでも「フジ」が一番多く作られています。「1日1個のりんごで医者いらず」といわれるほど、栄養たっぷりの人気の果物です。

メリークリスマスってどういう意味？

「メリークリスマス！」の“メリー”は、「楽しい」「うれしい」という意味の言葉だそうです。だから、「メリークリスマス！」には「楽しいクリスマスを！」「クリスマスおめでとう！」という気持ちが込められているんですね。笑顔いっぱいの楽しいクリスマスになりますように。



お家で作ってみよう！

さつまいもケーキ

材料 子ども1人分

さつまいも 12g
ホットケーキ粉 16g
油 1.6g
調整豆乳 19.2g

作り方

※お芋ほりのさつまいもで作ってみてね！！

- ①さつまいもは茹でて熱いうちにつぶす。
 - ②ボールにホットケーキ粉～豆乳を入れ混ぜる。
 - ③②に①を入れ混ぜ型orカップに流し入れ焼く。
- オーブン：170℃ 15～25分程度

