



給食だより



文殊乳児保育園

令和6年度12月号

風が冷たく感じ、冬らしい気候になってきました。12月は「師走（しわす）」というように、年末まで何かと慌ただしい日々になってくると思いますが体調管理には気を付けて、新しい年を元気に迎えられるように過ごしていきましょう！



家族で食事を楽しむ

機会をつくりましょう

年末年始は、クリスマスやお正月などで家族や親しい人と共に食事ができる良い機会です！大勢で食べる喜びや安心感は、料理を一層おいしく感じることにもつながります。

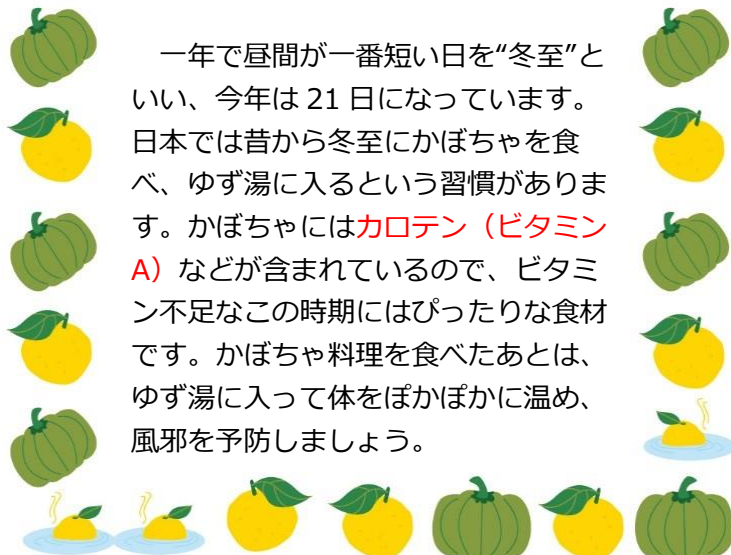
また、特別な料理を通して食への興味が深まる効果も期待できます。

ぜひ、家族やお友達
みんなで食事の時間を
楽しんでいただけたら
と思います☆彡



とうじ 冬至をむかえます

一年で昼間が一番短い日を“冬至”といい、今年は21日になっています。日本では昔から冬至にかぼちゃを食べ、ゆず湯に入るといふ習慣があります。かぼちゃには**カロテン（ビタミンA）**などが含まれているので、ビタミン不足なこの時期にはぴったりの食材です。かぼちゃ料理を食べたあとは、ゆず湯に入って体をぽかぽかに温め、風邪を予防しましょう。



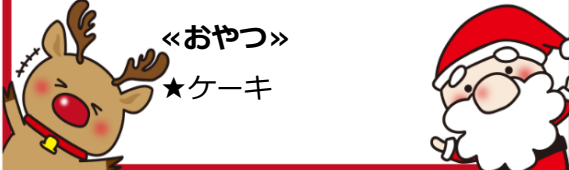
MERRY CHRISTMAS

* 誕生会メニュー *

- ★ケチャップライス
- ★ローストチキン
- ★マリネサラダ
- ★コーンポタージュ
- ★果物

「おやつ」

- ★ケーキ





お弁当の日

3日(火曜日)

発表会リハーサル



芋ほりをしました！

先月、ぞう組のお友達が農業公園にて芋ほりをしました。立派に育ったお芋が収穫でき、とても嬉しそうでした♪

給食室では、収穫できたお芋を使って15時のおやつに「いも万十」を提供しました！

みんな喜んで食べてくれていました＊

