

今月の食育目標  
行事食について知る。

# 12月行事予定・献立

社会福祉法人 虹福祉会  
富士こども園

2022(令和4)年11月22日



日曜	行事予定	給食献立	カロリー	おやつ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
1 木	さくら組スイミング・春日小学校教諭保育体験	魚のコーンソースかけ・チンゲン菜のソテー・粉ふきいも・りんご	291kcal	クリームカナッペ		人参きんぴらトースト	
2 金	布団・シーツ交換日	高野豆腐の卵とじ・ブロッコリーの浸し・バナナ	342kcal	黒糖パン		ヨーグルト(みかん缶・ジャム)	
3 土	もも組発表会・希望保育	肉うどん・酢のもの・みかん	265kcal	シュガーおさつ		居残り(寒天)	
4 日	d						
5 月		魚の照り焼き・かぼちゃのそぼろ煮・柿	344kcal	りんご	煮りんご	チーズ春巻き	
6 火	体育遊び	れんこんのドライカレー・キャベツのレモン酢和え・バナナ	347kcal	フルーツ寒天		かりんとう	
7 水	餅つき	ひじきのオムレツ・ジャーマンポテト・りんご	361kcal	小倉パンケーキ		ヨーグルト(バナナ・パイン缶)	ヨーグルト(バナナ・みかん缶)
8 木	今が旬メニュー	魚の磯から揚げ・きのこ厚揚げの旨煮・ほうれん草の浸し・みかん	326kcal	スイートポテト		セサミクッキー	
9 金	わくわくひろば・ひまわり組クッキング・布団シーツ交換日	鶏肉のマーマレード煮・ケチャップ炒め・人参の甘煮・りんご	325kcal	ツナトースト		いなり寿司	おにぎり
10 土	希望保育・にこにこひろば	中華丼・大根の酢のもの・オレンジ	310kcal	ブロッコリーのゆかり和え		居残り(米粉のガトーショコラ)	
11 日							
12 月		豚肉と豆腐の生姜焼き風・中華風サラダ・りんご	355kcal	バナナ		いきなり団子	さつまいも団子
13 火	誕生会	かぼちゃのコロッケ・茹でブロッコリー・しらすと小松菜のサラダ・オレンジ	433kcal	コーンフレークかけヨーグルト		アップルパイ	
14 水	さくら組クッキング	真珠蒸し・かに酢和え・柿	326kcal	いももち		和風ラスク	
15 木	もも組クッキング・さくら組スイミング・明細書配布	魚の甘酢漬け・ほうれん草と白菜のごま和え・れんこんのおかか煮・みかん	339kcal	ちんすこう		ねぎ味噌おにぎり	

## 1月の行事予定

4日(火) 希望保育・弁当日      10日(火) さくら組懇談開始  
 11日(水) 体育遊び              12日(木) さくら組スイミング  
 13日(金) わくわくひろば      16日(月) 明細書配布  
 17日(火) 誕生会                  21日(土) ちゅうりっぷ組1歳児 発表会  
 22日(日) 防火フェスティバル(リーデンローズにて5歳児出演)  
 24日(火) 体育遊び  
 25日(水) わくわくひろば・弁当日・口座引き落とし  
 26日(木) さくら組スイミング      28日(土) ひまわり組 発表会

※毎週金曜日 布団・シーツ交換日  
 ※希望保育…4日(水)・7日(土)・14日(土)・21日(土)・28日(土)  
 ※年始の希望保育…1月4日(水)弁当日  
 ※年末年始の休み…12月31日(土)・1月1日(日)・1月2日(月)・1月3日(火)

## 発表会について

新型コロナウイルス感染症の第8波ともいえるほど感染者の数が  
 増えています。今年度もクラスごとで、2グループに分かれ  
 て発表していきます。  
 観覧につきましても1家庭2名に制限させていただきます。  
 (小学生・乳幼児はご遠慮ください。)  
 クラスごと、発表会が近くなりましたら、プログラムを  
 配布いたします。先日配布いたしましたお便りに記載してある  
 内容にしっかり目を通しておいてください。

## 服装や持ち物について

●スカートや飾りの多い服・ひも靴・アクセサリ類等は、  
 遊具に引っかかったり、誤って口にする等危険性があ  
 るので、身に着けないようにお願いいたします。  
 服は活動しやすく、自分で脱いだり着たりできるものを選  
 んでください。  
 ●カラー帽のゴムが伸びているときは、付け替えて  
 ください。  
 ●ご家庭から、お菓子や玩具・キーホルダー・カード等を  
 持ってこないようにしましょう。  
 トラブルの原因になります。





# 12月行事予定・献立

社会福祉法人 虹福祉会  
富士こども園

日曜	行事予定	給食献立	カロリー	おやつ			
				午前 (牛乳は毎日)	離乳期のおやつ	午後 (ミルクは毎日)	離乳期のおやつ
16 金	わくわくひろば・布団シート交換日	弁当日		シガーサンド		かぼちゃプリン	
17 土	すずらん組発表会・希望保育	焼きそば・スティックおさつ・バナナ	274kcal	カリフラワーのマヨネーズかけ		居残り(米粉クッキー)	
18 日							
19 月		魚の酢豚風・かぼちゃのオイル焼き・りんご	344kcal	青のりスナッ麩		和風スパゲティ	
20 火	ちゅうりっぷ組クッキング・さくら組園内研修	チキン南蛮・茹でキャベツ・さつまいものソテー・みかん	462kcal	きゅうりのおかか和え		ヨーグルト(もも缶・寒天)	
21 水	体育遊び・ノー菓子デー	三色そばろ丼・中華和え・バナナ	349kcal	味噌マヨトースト		ポテトピザ	
22 木	すずらん組クッキング	かぼちゃ汁・かぶの千枚漬け・みかん	328kcal	シスコーククッキー		ジャムサンド	
23 金	クリスマス会・布団・シート交換日	ピラフ・タンドリーチキン・スパゲティサラダ・オニオンスープ・りんご	491kcal	オレンジ		ぶどうジュース・クリスマスケーキ	
24 土	希望保育・にこにこひろば	麻婆豆腐・白菜の浸し・オレンジ	333kcal	人参のごま和え		居残り(大学芋)	
25 日							
26 月	口座引き落とし	ミートローフ・野菜ソテー・さつまいものレモン煮・みかん	423kcal	りんごポンチ		カレーマヨトースト	
27 火		魚のさざれ焼き・ほうれん草と春雨の和え物・人参の煮付け・りんご	331kcal	フライドポテト		ココアサブレ	
28 水		ホワイトシチュー・大根ときゅうりのサラダ・オレンジ	377kcal	シナモンラスク		うどんナポリタン	
29 木	布団・シート交換日	お麩と鶏肉の治部煮・ごま酢和え・バナナ	298kcal	キャロット蒸しパン		フルーツヨーグルト	
30 金	希望保育	弁当日		オレンジ		クラッカーサンド	
31 土	休み						

8日(木)

## ほうれん草の浸し

ほうれん草は、緑黄色野菜の中でも特に栄養価が高い野菜と言われています。貧血予防に重要な鉄やビタミンC、造血に働くとされる葉酸が豊富に含まれています。ほうれん草の赤い根の部分にはマンガンが含まれ、カルシウムやマグネシウムと共に骨の形成や健康維持に役立ちます。ほうれん草は卵などの動物性たんぱく質と一緒に食べると効率よく栄養を吸収することができます。

349kcal

## お知らせ

**感染症対策として、階段横トイレ・ちゅうりっぷ組トイレ  
すずらん組前トイレ・さくら組前トイレの電気と手洗いが、  
非接触型に変わりました。**

トイレの前を通りかかると勝手に電気がついたり、手を差し出して勝手に出る水にびっくりする子ども達でした。ランチルームの水道はそのままなので、手洗い後水が出っぱなし…なんてこともあります。順応性の早い子ども達です。



## 新年度 保育所等申し込みについて

申込書交付期間  
11月22日(火)~  
第一次申込期間  
12月1日(木)~  
12月15日(木)

産休・育休明けの予約は  
第一次申込に限ります。



\* 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇 \*

保育材料等  
いただきました。

藤井様・有田様

ありがとう  
ございました。

