



給食だより

令和7年1月1日
あいあい鳳保育園

あけましておめでとうございます。今年も子どもたちが給食を楽しめるように心を込めて作りたいと考えています。今年度も残すところあと3ヶ月となりました。寒い日が続く中、栄養を考えてお正月ちらし寿司、お雑煮、ぜんざい、きんかんの甘露煮ヨーグルトなどの行事食・伝統食を取り入れていきますので、楽しみにしてください。



12月の食育

12月20日にクリスマス会を行いました。ミートソース焼きに盛り付けていた星形のにんじんを見て「お星さま！」や「おいしそう」「いちごある！」などいつもと違う給食にみんな大喜びでした。給食室の先生から乳児棟ではサンタクロース、幼児棟ではジンジャーブレッドマンの箸袋をプレゼントしました。とても喜んでくれて、大事そうに持っている子や、ニコニコ眺めている子など様々な姿が見られました。

今年のクリスマスケーキはサンタクロース柄のかわいいカップに入ったカップケーキにしました。抹茶クリームでクリスマスツリーに見立て、飾り付けをするようにうさぎ組と幼児棟では自分たちでカラースプレーをトッピングしてもらいました。自分だけのケーキが出来上がると、生クリームの部分だけきれいに食べている子やお皿に落ちたカラースプレーを一生懸命に集めて食べている子、できたものを友達に見せあう子、完成してすぐに食べている子など楽しそうな様子がみられました。うさぎ組さんは初めての体験で、初めは「どうやってやるの？」と不安そうな様子でしたが、少しお手伝いすると「自分でやってみる！」と集中して上手に飾り付けてくれました。

おもちつき

12月17日に幼児棟でおもちつきを行いました。炊きたてのもち米を見てもらい、もち米からおもちになる過程を見学してもらいました。おもちをついている理事長先生と園長先生を大きな声で「よいしょ！よいしょ」と応援していました。飛びはねながら応援している子や、おもちが気になって前に乗り出している子もいました。おもちをついている時から「おいしそう」や「早く食べたい」など楽しみにしている様子。「よく噛んで、ゆっくり食べてね」と食べる前に約束し、その日のおやつでは、きなこ砂糖醤油でいただきました。「おもちおいしい！」と出来立てのおもちは美味しかったようで大人気でした。またお雑煮とぜんざいで提供しますので楽しみにしてください。

1月の平均栄養価(幼児食 昼食・おやつ)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
基準値	590	19~29	13~20
当園見込み	605	23.5	19.7

今月の旬の食材

- 大根…7. 8. 9. 10. 15. 20. 22. 28. 30 日
- ブロッコリー…6. 20. 23. 24. 28. 29. 31 日
- 水菜…10 日 ゆりね…7 日
- れんこん…6. 31 日
- 金時人参…7 日
- かぶ…8. 9. 16. 20 日
- 白ネギ…20. 23. 27 日
- ほうれん草…9. 15. 17. 21. 日
- 里芋…10. 22. 30 日
- カリフラワー…14. 29 日
- 鮭…16 日
- きんかん…7 日
- みかん…29 日
- りんご…14. 24. 27 日

