



こんだてひょう

社会福祉法人 七光保育所
平成 28 年 12 月 1 日

今年の給食は29日(木)までです。新年は5日(木)が希望保育、6日(金)が保育始め、給食開始です。

調理室より



おもいで手軽に栄養補給

お正月に欠かせないおもちは、体の主なエネルギー源である糖質が豊富で、手軽に栄養補給できる優れた食品です。同じ量でごはんより炭水化物が多いため、腹持ちがよく、スポーツの前や合間に食べるのにも適しています。様々な食べ方があり、時間がない時や食欲がないときにもおすすめです。

早いもので、今年も最後の月となりました。今月は、生活発表会や餅つき・クリスマス会と行事が盛りたくさんです(*^^)v

昨年結成した「幼年消防クラブ」の発足記念に、分遣所の方のご厚意で『消防音楽隊』が、クリスマス会に合わせて、演奏して頂けることになりました。間近で楽器を見て、演奏を聞ける機会を頂き嬉しく思います。保護者の方も是非、お越しください。

井川仁美



おたんじょうび
おめでとう



12月生まれのお友だち



日	曜	献立名	行事予定
1	木	ブロッコリーの天ぷら、ひじきと大豆の煮物、すまし汁	
2	金	鮭のちゃんちゃん焼き、磯部和え、きのこスープ	フール教室
3	土		
5	月	けんちんうどん、切干し大根の炒め煮	
6	火	お弁当の日	発表会予行練習 写真撮影
7	水	カレーシチュー、ひじきのサラダ、フルーツ	
8	木	おでん、おかか和え、麩のすまし汁	
9	金	魚の香り揚げ、納豆和え、里芋のみそ汁	避難訓練
10	土		生活発表会
12	月	雑煮、かぶの酢の物	もちつき
13	火	魚の塩焼き、ポテトサラダ、野菜のみそ汁	
14	水	ハヤシシチュー、はりはりなます、フルーツ	
15	木	五目豆、白菜のごま和え、かまぼこのすまし汁	体育教室
16	金	魚の竜田揚げ、ほうれん草の磯和え、白菜のみそ汁	吉高3年生保育体験 給食体験(年長組)
17	土		
19	月	担々麺、五色ナムル	
20	火	魚のクラッカー揚げ、鉄分たっぷりサラダ、白菜のスープ	
21	水	白菜のクリームシチュー、かぼちゃのそぼろ煮、フルーツ	体育教室 移動図書交換
22	木	クリスマス会 (白ご飯はいりません)	消防音楽隊
23	金	天皇誕生日	
24	土		
26	月	年越しうどん、にごみ	身体測定
27	火	さばと玉ねぎのみそ煮、ほうれん草と麩のごま和え、けんちん汁	
28	水	カレーシチュー、三色野菜和え、フルーツ	
29	木	肉豆腐、かぶの酢の物、野菜のみそ汁	
30	金	希望保育をご利用の方はお弁当を持参して下さい。	希望保育
31	土		年末休み