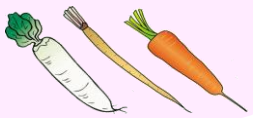
こんだてひょう

社会福祉法人七光保育所
令和３年12月１日

今年の給食は28日(火)までです。新年は、４日(火)希望保育、５日(水)保育始め、給食開始です。
調理室より

根菜で体を温めよう

寒さをしのぎながら、土の中でエネルギーを蓄えて育つ根菜類(れんこん、人参、ごぼう、大根など)はミネラルが豊富で、体を温める性質があります。皮ごと食べると血流もよくなり、体の内側より温まりやすくなります。皮としっかり洗って作った根菜汁は、一度にたくさんの種類の根菜を食べる事ができるのでオススメです。



早いもので、今年も最後のカレンダーとなってしまいましたね！昨年よりコロナの影響で思うように、行事ができなく毎日ハラハラ！ドキドキ！の行事前です。

11月は予定通りにバス遠足・芸術教室が出来良かったと思っています。保護者の皆様にもご協力ありがとうございました。

又今月は行事が多いので、職員とも話し合いをして、早めに詳細をお知らせしようと思いますが、町内でコロナ感染症が発症した場合には内容が変わってきますので、ご理解下さい。

日	曜	献立名	行事予定
1	水	五目豆、三色やさい和え、味噌汁	
2	木	コーンフレークチキン、切干し大根のサラダ、ウインナーと野菜のカレースープ	
3	金	ビーフシチュー、ごま酢和え、フルーツ	
4	土	電気工事のため、暖房は使用できませんので、希望の方は温かくして登所して下さい。	
6	月	お弁当の日　　生活発表会予行練習日	
7	火	魚のおろし煮、花やさいサラダ、野菜スープ	
8	水	松笠焼き、かみかみ和え、団子汁	
9	木	鮭のムニエル、卵の花の炒り煮、味噌汁	
10	金	白菜のクリームシチュー、鉄分たっぷりサラダ、フルーツ	避難訓練
11	土	生活発表会	
13	月	雑煮、柿なます	おもちつき
14	火	魚のパン粉焼き、小松菜とひじきの和え物、豚汁	体育教室
15	水	れんこんバーグ、シーザーサラダ 白菜スープ	朝小との交流会
16	木	魚のオニオンマヨネーズ焼き、はりはりなます、かきたま汁	もったか花園体験
17	金	カレーシチュー、ほうれん草の中華和え、フルーツ	
18	土		
20	月	ニラもやしラーメン、切干しのごま和え	
21	火	鮭フライ、ひじきのサラダ、根菜スープ	体育教室
22	水	肉豆腐、五色なます、味噌汁	
23	木	鰆の香味焼き、ごまみそ和え、けんちん汁	移動図書交換日 手話教室
24	金	クリスマス会(白ご飯はいりません)	クリスマス会
25	土		
27	月	年越しうどん、にごみ	
28	火	魚の味噌焼き、切干し大根のナムル、すまし汁	
29	水	お弁当・水筒・おしぼり・敷物をご持参ください。	希望保育
30	木		
31	金		年末休み