

給食だより

12月号 金沢保育園



寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられるようになってきました。以前よりお知らせしていましたが、12月・1月の2か月間は給食室が工事中為、業者に注文したお弁当を提供することになります。献立内容は、別紙にてご確認ください。

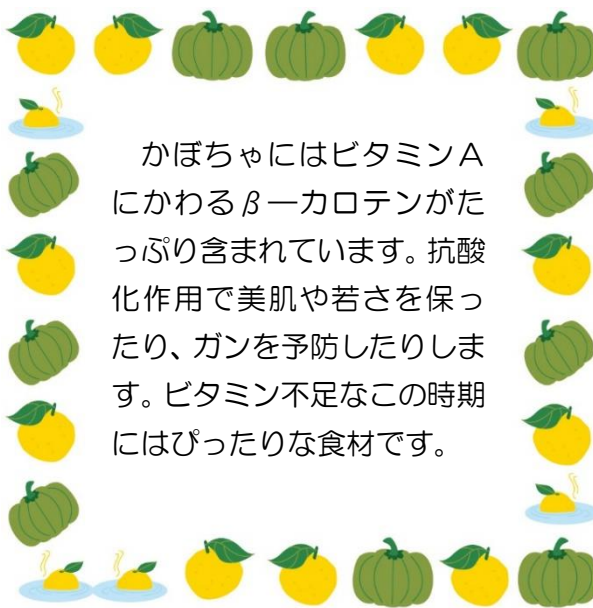
ご家庭には、水筒の準備など何かとご不便をおかけして申し訳ありません。ご理解、ご協力いただき、ありがとうございます。引き続き、よろしくお願い致します。

8日病焼き、9日お大黒様の日は、お話のみとなりますが、地域に伝わる伝統行事として子どもたちに伝えていきたいと思っています。その他、楽しいイベントもありますので、体調に気を付けながら、みんなで盛り上がりたいたいですね。

12月22日～冬至～

日本では昔から冬至にかぼちゃを食べ、ゆず湯に入ると健康によいという、いわれがあります。

かぼちゃのお料理を食べたあとは、ゆず湯に入って、体をぼかぼかに温め、風邪を予防しましょう。



かぼちゃにはビタミンAにかわるβ-カロテンがたっぷり含まれています。抗酸化作用で美肌や若さを保ったり、ガンを予防したりします。ビタミン不足なこの時期にはぴったりの食材です。

お知らせ

《おやつについて》

*午前おやつ・・・幼児組は肝油や鉄ゼリーなどで、ほっこらタイム。

未満児組はおせんべいと牛乳。

*午後おやつ・・・おせんべいと牛乳。時々、ゼリーやプリン、ヨーグルトなどを組み合わせながら提供していきます。

《土曜日の給食について》

献立表に土曜日の欄はありませんが、給食はありますのでご安心ください。

※給食やおやつの内容を確認したい場合は、お伝えしますのでお知らせ下さい。