



よていこんだてひょう



たっこんこどもえん 以上児

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
チンゲン菜と豆腐の中華スープ 鶏つくねの照り煮 バンサンスー ゼリー	卵豆腐のすまし汁 魚のカレー焼き きゅうりの塩昆布和え ヨーグルト	マーボー豆腐 りんごサラダ ゼリー	かぶと厚揚げのみそ汁 鶏肉のしょうが焼き 小松菜と納豆の和え物 ヨーグルト	コンソメスープ ミートローフ 付け合わせ ゼリー	パン 牛乳 (以上児発表会)
ビスケット・牛乳	ミニパン・牛乳	抹茶ケーキ・牛乳	せんべい・麦茶	メープルトースト・牛乳	
9	10	11	12	13	14
	ヤッホークラブ🍰		おにぎりの日🍙		
ほうれん草のみそ汁 カップグラタン 肉じゃが みかん	親子煮 ひじきのポン酢和え ヨーグルト	ナスのみそ汁 野菜コロッケ すき昆布の炒煮 オレンジ	すいとん汁 青菜のごま和え ゼリー	クリームシチュー きゅうりとツナの和え物 ヨーグルト	希望保育
せんべい・麦茶	さくらケーキ・麦茶	お麩のラスク・牛乳	クッキー・牛乳	ピザ風トースト・牛乳	
16	17	18	19	20	21
		誕生会🎂			
小松菜の味噌汁 グリルドポーク カリフラワーのカレーマヨ和え ゼリー	白菜と肉団子のスープ ニラともやしのナムル ヨーグルト	炊き込みご飯 わかめの味噌汁 照り焼きチキン きゅうりのなめたけ和え アイス	すきやき風煮 焼売 ちくわの酢の物 オレンジ	大根のみそ汁 赤魚煮 かぼちゃサラダ ヨーグルト	焼きそば ヨーグルト 麦茶
クッキー・牛乳	たまごサンド・牛乳	ショートケーキ風・牛乳	なべやき・牛乳	バームクーヘン・牛乳	
23	24	25	26	27	28
	クリスマス会🎄				
なめこ汁 エビマヨ 野菜ソテー ヨーグルト	ミネストローネ ハンバーグ ブロッコリーとハムのごま和え クリスマスカップデザート	ワンタンスープ ウィンナー さつま芋サラダ ゼリー	キャベツのみそ汁 焼鮭 大根のきんぴら みかん	カレーシチュー フルーツヨーグルト	希望保育
ビスケット・牛乳	フルーツサンド・麦茶	黒豆ケーキ・牛乳	スティックパン・牛乳	せんべい・麦茶	
30	31				

年末休み



12月の 予定栄養摂取量

エネルギー 438kcal
タンパク質 20.0g
脂質 17.8g
塩分 1.8g



12月の行事予定

10日(火) ヤッホークーキデコレーション🍰
※さくら組さん参加

12日(木) おにぎりの日🍙
※お家からのおにぎりをお願いします。

18日(水) お誕生会🎂
※お家からのご飯はいりませんよ



よていこんだてひょう

たっこんこどもえん 未満児

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
せんべい ごはん チンゲン菜と豆腐の中華スープ 鶏つくねの照り煮 バンサンスー ゼリー ビスケット・牛乳	ポーロ ごはん 卵豆腐のすまし汁 魚のカレー焼き きゅうりの塩昆布和え ヨーグルト ミニパン・牛乳	ビスケット ごはん マーボー豆腐 りんごサラダ ゼリー 抹茶ケーキ・牛乳	チーズ ごはん かぶと厚揚げのみそ汁 鶏肉のしょうが焼き 小松菜と納豆の和え物 ヨーグルト せんべい・麦茶	せんべい ごはん コンソメスープ ミートローフ 付け合わせ ゼリー メープルトースト・牛乳	ウエハース パン 牛乳 (以上児発表会) 
9	10	11	12	13	14
ウエハース ごはん ほうれん草のみそ汁 カップグラタン 肉じゃが みかん せんべい・麦茶	せんべい ごはん 親子煮 ひじきのポン酢和え ヨーグルト さくらケーキ・麦茶	ポーロ ごはん ナスのみそ汁 野菜コロッケ すき昆布の炒煮 オレンジ お麩のラスク・牛乳	チーズ おにぎり すいとん汁 青菜のごま和え ゼリー クッキー・牛乳	ビスケット ごはん クリームシチュー きゅうりとツナの和え物 ヨーグルト ピザ風トースト・牛乳	希望保育 
16	17	18	19	20	21
チーズ ごはん 小松菜の味噌汁 グリルドポーク カリフラワーのカレーマヨ和え ゼリー クッキー・牛乳	ポーロ ごはん 白菜と肉団子のスープ ニラともやしのナムル ヨーグルト たまごサンド・牛乳	ウエハース 炊き込みご飯 わかめの味噌汁 照り焼きチキン きゅうりのなめたけ和え アイス ショートケーキ風・牛乳	ビスケット ごはん すき焼き風煮 焼売 ちくわの酢の物 オレンジ なべやき・牛乳	せんべい ごはん 大根のみそ汁 赤魚煮 かぼちゃサラダ ヨーグルト バームクーヘン・牛乳	ウエハース 焼きそば ヨーグルト 麦茶 
23	24	25	26	27	28
せんべい ごはん なめこ汁 エビマヨ 野菜ソテー ヨーグルト ビスケット・牛乳	チーズ ごはん ミネストローネ ハンバーグ ブロッコリーとハムのごま和え クリスマスカップデザート フルーツサンド・麦茶	ビスケット ごはん ワントンスープ ウィンナー さつま芋サラダ ゼリー 黒豆ケーキ・牛乳	ウエハース ごはん キャベツのみそ汁 焼鮭 大根のきんぴら みかん スティックパン・牛乳	ポーロ ごはん カレーシチュー フルーツヨーグルト せんべい・麦茶	希望保育 
30	31				

年末休み




12月の
エネルギー 524kcal
タンパク質 18.5g
脂質 16.0g
塩分 1.5g



水分補給、虫歯予防に
麦茶が出ています。



ヤッホークラブだより No.89

立根こども園 12月

日が暮れる早さに冬の訪れを感じる季節となりましたね。この時期になると空気が乾燥し、風邪やインフルエンザが流行します。予防には咳エチケットやマスクの着用、手洗い、うがい手指の消毒がとても重要です。その他にも基本的な生活習慣を身に着けウイルスを寄せ付けないよう心がけましょね。「早寝、早起き、朝ごはん！」です。

○11月1日にさくら組さんと『ヤッホーカレー作り』を行いました♪ ジャがも、にんじん、玉ねぎグループに分かれて行いました。みんな猫の手を意識して慎重に切っていましたよ。これをきっかけにお家でも子ども達と一緒にカレーを作ってみてはいかがでしょうか？きっと張り切ってお手伝いしてくれるはずですよ♪



『たまねぎグループ』



『じゃがいもグループ』



『にんじんグループ』



○11月14日にうめ組さんと『ヤッホークッキー作り』を行いました♪

子ども達は卵を割ったり、砂糖や小麦粉を入れて泡だて器でかき混ぜるお手伝いをしてもらいました♪

出来上がった生地をめん棒で伸ばし、自分たちで型抜きをしましたよ(*^-^*)

トースターで焼くと部屋中にクッキーのいい匂いが♡「クッキーの匂いだあ」「い〜い、におい♡」と大興奮！！自分たちで作ったクッキーは午後のおやつに頂きました♪



たまごをまぜまぜ〜♪



クッキーの型抜き〜♪



出来立てを試食しました♪