１２がつのよていこんだてひょう

★テーマ★　にほんのりょうり

こ津発第２３６号
令和７年１１月２９日
こども園津軽野
担当　工藤　百合愛
http://tsugaruno.jp/

赤色…血や肉になるもの
黄色…力や体となるもの
緑色…体の調子を良くするもの

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 中止	3	4	5	6
	ごはん とうにゅうなべ ごもくはるさめいため じょあ(ますかっと) 410kcal 人参　大根　ささがきごぼう 白菜　しらたき　豚肉 干ししいたけ　鶏ひき肉 お　に　ぎ　り　体　験	ごはん やきざかな(たら) ほうれんそういそあえ とうふとわかめじる すきむいりみろ 354kcal たら ほうれん草　のり　人参 豆腐　わかめ 荷　物　搬　入	ごはん こんさいかれー とまととみずなさらだ ぎゅうにゅう やさいいじゅーす 509kcal れんこん　ごぼう　豚ひき肉 人参　じゃがいも　玉ねぎ トマト　水菜　ツナ 発表会総合練習①	ごはん ねぎぽんずちきん さつまいもさらだ だいずとやさいすーぷ りんごよーぐると 460kcal 鶏肉　ねぎ さつまいも　人参　きゅうり 大豆水煮　玉ねぎ　人参 発表会総合練習②	ごはん せんべいじる ひじきのいためにみかん ぷりん 367kcal おつゆせんべい　人参　大根 ねぎ　鶏肉 大豆水煮　油揚げ 発表会総合練習③	★ロールケーキ★ ★りんごジュース★ クリスマス発表会
7	8	9 中止	10	11	12	13
	ごはん すきやきふうに れんこんきんぴら きゃべつのあさづけ じょあ(すとろべりー) 435kcal 鶏肉　人参　大根 焼き豆腐　ねぎ れんこん　人参　豚ひき肉 英　会　話	ごはん きすのからあげ もやしのすのもの たまねぎとわかめじる おれんじ すきむいりみろ 508kcal きす もやし　人参　きゅうり 玉ねぎ 安全指導 身体測定	ごはん まーぼーどうふ ちゅうかいため ぎゅうにゅう やさいじゅーす 426kcal おぼろ豆腐　豚ひき肉 ニラ　人参　玉ねぎ チンゲン菜　干ししいたけ りんごの冬支度①	ごはん ほたてのたまごやき ればーのあまからに あつあげわかめじる りんごよーぐると 460kcal 鶏卵　ベビーホタテ　シロ レバー　豚肉　玉ねぎ 厚揚げ　わかめ りんごの冬支度②	あんかけうどん ごぼうさらだ ふかしさつまいも ぎゅうにゅう 353kcal 豚肉　人参　玉ねぎ　白菜 ささがきごぼう　ツナ きゅうり サッカー教室 内部研修	びびんばどん えのきすーぷ ばなな ぎゅうにゅう 433kcal 豚ひき肉　人参　もやし ほうれん草　玉ねぎ 鶏肉
14	15	16 中止	17	18	19	20
	ごはん さつまじる ほうれんそうそぼろあえ じょあ(ますかっと) 411kcal 豚肉　人参　大根 ささがきごぼう　ねぎ ほうれん草　鶏卵　ツナ 給食保健指導 保護者役員会議	ごはん たらのごまみそやき さんしょくおひたし なっとう すましじる すきむいりみろ 393kcal たら ほうれん草　人参　なめたけ 納豆　豆腐　干ししいたけ スイミング（年中・年長）	ごはん ふゆやさいしちゅー とうふとかいそうさらだ ぎゅうにゅう やさいじゅーす 491kcal 鶏肉　人参　玉ねぎ じゃがいも　白菜 木綿豆腐　海藻　パプリカ 冬季大掃除 給食会議	しょくぱん てりやきちきん はるさめさらだ こーんすーぷ りんごよーぐると 448kcal 鶏肉 春雨　きゅうり　人参 ツナ　玉ねぎ	かれーうどん とりごぼうに なむる おれんじ しょくぱんあっぷるぱい 372kcal 豚肉　玉ねぎ　人参 鶏肉　ごぼう もやし サッカー教室 職員会議	ごはん にくもやしいため こーんとわかめさらだ とうふとあぶらあげじる ぎゅうにゅう 441kcal 豚肉　もやし　人参 コーン　わかめ　パプリカ 豆腐　油揚げ
21	22	23 中止	24	25	26	27
このイラストの日は、以上児さんがおにぎり体験をする予定の日です。	ごはん けんちんじる ればにらいため じょあ(すとろべりー) 398kcal 鶏ひき肉　豆腐 人参　大根　ささがきごぼう 豚肉　レバー　にら 英　会　話 お　に　ぎ　り　体　験	ごはん ちくぜんに きゅうりのあさづけ まいたけじる すきむいりみろ 314kcal 鶏肉　大根　人参　れんこん しいたけ　きゅうり 舞茸　豆腐 避　難　訓　練	ごはん つつみやきはんばーぐ つなさらだ ぽてとわかめすーぷ おたのしみけーき ぎゅうにゅう 505kcal 合いびき肉　玉ねぎ しめじ　人参　きゅうり　ツナ じゃがいも　わかめ	ごはん あかうおのからあげ もやしちきんさらだ とうふとなめこじる やさいじゅーす 582kcal 赤魚 もやし　鶏肉　人参 豆腐　なめこ もちつき会	てんぷらうどん まめまめさらだ りんご みかんよーぐると 407kcal かぼちゃ　さつまいも　えのき　鶏肉 玉ねぎ　人参　ミックスビーンズ きゅうり　パプリカ	ごはん にくじゃが こまつなつなあえ きのこじる ぎゅうにゅう 410kcal 豚肉　じゃがいも　人参 玉ねぎ　小松菜　ツナ しめじ　えのき　干ししいたけ 御　用　納　め
28	29	30	31			

●今年も一年お世話になりました。来年も、よろしくお願い致します！

○お餅つきの由来と、餅つきを行う時期○

日本では昔から、稲は神聖な食べものと考えられてきました。
そのため、お米は生命力を高める食べものとして、とても大切にされています。
お餅はお米よりも生命力が強いと考えられているため、お祝い事などでお餅つきをするようになったのが由来です。またお餅は、お正月の食べものとしても親しまれています。
年末の場合、12月25日～28日に餅つきを行うのが一般的とされています。
また29日は、「9」のつく日は「苦」を連想し、「29」は「二重苦」を連想するため、餅つきは避けられています。

※離乳完了期の子どもについては、予定献立表の鶏卵、牛乳、ごまを除去して提供しております。
※メニュー名の下に記載のものは、昼食と午後のおやつのカロリーの数値（以上児）となっております。