

## 12月の行事予定

- 2日(火) 避難訓練 不審者対応 (雨天決行)  
 4日(木) 5歳児 公開保育  
 9日(火) チーバくんと遊ぼう  
 11日(木) 交通安全教室(けやき組)  
 12日(金) 交通安全教室(そら組)  
 18日(木) 歯科検診 9:00~  
     中央小学校見学(5歳児)  
 19日(金) 0, 1歳児 公開保育  
 23日(火) クリスマス会  
 25日(木) おみがわこども園地域交流会  
     (5歳児)

## コスモスポーツクラブ(4・5歳児)

3日(水) 10日(水)  
 17日(水)

※24日はお休みです。

## 12月の身体測定

1日	(月)	けやき	2日	(火)	そら
4日	(木)	さくら	5日	(金)	つき
8日	(月)	かえで	15日	(月)	ほし
16日	(火)	もも	19日	(金)	ゆき
24日	(水)	にじ	22日	(月)	いちご
25日	(木)	ゆめ			

## 年末年始休業 12/29(月) ~1/4(日)

◎着替えボックスはお持ち帰りいただき、年明けに持ってきて下さい。  
 なまえの記入もお願いします。

※1号認定児冬休み 12月24日(水) ~1月5日(月)

2・3号認定児 12月29日(月) ~1月4日(日)

※18日歯科検診9:00  
 なるべく休まず登園し、  
 検診を受けていただきま  
 すようお願いいたします。

## 12月の献立予定表

日	曜	午前のおやつ (未満児のみ)	メニュー	午後のおやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)
(注)未満児分								
1	月	バナナ	ご飯、玉ねぎのみそ汁 からあげ、ツナ入り豆腐サラダ	牛乳 お好み焼き	588 (508)	24.9 (19.5)	23.2 (17.6)	1.7 (1.2)
2	火	チーズ	ナポリタンスパゲティ、たまごスープ プロッコリーのおかかマヨ和え、バナナ	牛乳 ミニクリームパン	530 (493)	16.1 (15.9)	16.9 (18.0)	1.8 (1.7)
3	水	野菜ジュース	ご飯、キャベツとえのきのみそ汁 豆腐揚げ団子の甘辛煮、さつまいもサラダ	ヨーグルト クラッカー	630 (519)	20.0 (16.2)	24.0 (17.7)	1.7 (1.3)
4	木	せんべい	きつねご飯、豆腐と長ねぎのみそ汁 カジキのバーネー、野菜のおかか和え	牛乳 焼きプリンタルト	589 (530)	25.7 (19.8)	26.3 (23.9)	1.6 (1.3)
5	金	ふかし芋	親子丼、酢の物、りんご	ジョア(マスカット) ピスケット	621 (560)	22.5 (18.6)	16.6 (13.2)	1.7 (1.3)
6	土							
7	日							
8	月	ふかし芋	ご飯、じゃがいものみそ汁 焼き肉、小松菜のサラダ	牛乳 蒸しパン	574 (493)	17.9 (14.4)	21.4 (15.5)	1.8 (1.2)
9	火	ピスケット	カレーライス、プロッコリーと卵のサラダ、オレンジ	牛乳 コーンフレーク	592 (554)	18.9 (16.0)	23.5 (21.5)	1.8 (1.4)
10	水	野菜ジュース	ご飯、野菜のみそ汁、 さわらの竜田揚げ、切り干し大根の煮物	牛乳 焼きいも	560 (517)	20.4 (16.2)	14.7 (11.9)	1.9 (1.3)
11	木	牛乳	食パン、ポークピーンズ、かわいいサラダ、バナナ	麦茶 中華おこわ	533 (462)	15.8 (14.6)	14.0 (14.0)	2.7 (1.8)
12	金	チーズ	納豆ご飯、鶏肉と大根の煮物 ほうれん草の磯辺和え、ステックゼリー	ヤクルト ラスク	530 (456)	17.6 (15.8)	13.6 (13.7)	1.7 (1.3)
13	土							
14	日							
15	月	ふかし芋	ご飯、麻婆豆腐、中華風サラダ、みかん	牛乳 ウインナーパイ	521 (465)	17.3 (14.6)	18.3 (14.4)	1.7 (1.3)
16	火	せんべい	ご飯、たまごと玉ねぎのみそ汁 チーズ入りはんぺんフライ、もやしと青菜のゴマ和え	ゼリー ウエハース	530 (457)	14.3 (10.8)	15.5 (12.9)	1.8 (1.3)
17	水	牛乳	しょうゆラーメン、蒸し餃子、バナナ	麦茶 塩昆布ご飯	429 (391)	10.7 (11.3)	10.1 (10.5)	2.8 (2.1)
18	木	バナナ	しらすご飯、白菜のみそ汁 シーチキンオムレツ、鶏ごぼう	牛乳 ブチ肉まん	554 (479)	23.4 (18.8)	19.2 (15.5)	1.7 (1.2)
19	金	野菜ジュース	ハヤシライス、わかめサラダ、りんご	牛乳 ジャムサンド	584 (518)	18.7 (15.5)	20.8 (17.0)	2.1 (1.7)
20	土							
21	日							
22	月	ピスケット	ご飯、すいとん、鮭の塩焼き、かぼちゃの甘煮	牛乳 きなこ揚げパン	641 (561)	24.1 (18.8)	23.0 (20.6)	1.7 (1.1)
23	火	バナナ	ご飯、キャベツのスープ、ハンバーグ、ポテトサラダ	りんごジュース クリスマスケーキ	666 (598)	19.7 (15.7)	25.3 (20.9)	1.5 (1.2)
24	水	野菜ジュース	ご飯、ほうれん草と油揚げのみそ汁 ささみのごま揚げ、炒り豆腐	みかん ピスケット	632 (543)	29.5 (21.7)	22.1 (17.3)	1.7 (1.2)
25	木	せんべい	わかめご飯、すき焼き風煮 蒸ししゅうまい、ブチダノン	牛乳 マドレーヌ	633 (552)	19.7 (16.9)	23.2 (18.6)	1.5 (1.3)
26	金	チーズ	ご飯、トマトと卵のスープ タンドリーチキン、ゴマネーズサラダ	牛乳 せんべい	535 (487)	20.1 (18.9)	22.8 (21.7)	1.4 (1.6)
27	土							
28	日							
29	月							
30	火							
31	水							

※材料の準備の都合上、献立が変更になる場合がありますがご了承下さい。

※年齢に適した調理方法に変更している場合があります。

## 清水こども園