



今月のテーマ 風邪に負けない
 今月の目標 手洗いを丁寧に行う

平成26年12月26日
 城北アソカ保育園

日	曜	こんだて	おやつ	未満児朝のおやつ
5	月	ビーフシチュー ひじきいため	あまからだんご	みかん
6	火	ちぐさやき ちゅうかサラダ	とうふドーナツ	こんぶ・ビスケット
7	水	ななくさがゆ ごまあえ	だいがくいも	フルーチェ
8	木	さかなのアーモンドやき にびたし グラッセ みかん	きんときまめのあまに	チーズ
9	金	ぞうに れんこんサラダ	枝豆・こんぶ	いりこ・かりんとう
10	土	きつねうどん みかん		
12	月	休み		
13	火	さかなのてりやき マカロニサラダ みぞれじる	コーンフレーク	りんごヨーグルト
14	水	カレーサモサ やさいとコーンのスープ	エッグトースト	ふかし芋
15	木	こうやのたまごとじ いそあえ	ココアりんかけ	枝豆
16	金	しょうじんりょうり みそじる	カスタードクリームあえ	こんぶ・ビスコ
17	土	ナポリタン みかん		
19	月	はくさいとにくだんごのスープ あまずあえ	おこのみやき	チーズかぼちゃ
20	火	さかなのみそに そうめんじる	あげもち	こんぶ・せんべい
21	水	マーボー豆腐 かぼちゃサラダ	りんごのケーキ	オレンジ
22	木	すりみのかきあげ あいまぜ	だいずおにぎり	コーンフレーク
23	金	シチュー きりぼしのにも	チョコパン	いりこ・ゼリー
24	土	さといもごはん とうにゅうちやわんむし みかん		
26	月	のっぺじる なっとうあえ	いもようかん	いちご
27	火	さかなのマヨやき ピーナッツあえ	カレーむしパン	チーズサンドクラッカー
28	水	なまあげとだいこんのみそに はくさいサラダ	フレンチトースト	いりこ・卵ポーロ
29	木	れんこんバーグ カレーマヨあえ	ごまクッキー・バナナ	さつまいものオレンジ煮
30	金	つみれじる カミカミサラダ	ぜんざい	こんぶ・黒棒
31	土	パン みかん		

あけましておめでとうございます



年末・年始のお休みは、みなさんどう過ごされるのでしょうか？
 今年度も残すところあと3ヶ月です。進級・卒園に向けて、ひとつずつお兄さん、お姉さんになるみんなの為に食べれるものや好きなものが増えるよう、調理法や旬の食材・味付け・行事食などの幅を広げていきたいと思ひます。

風邪やインフルエンザが流行りだすこの時期。予防の為に、うがい手洗い・睡眠・食事が大切です。うがい手洗いでウイルスを体に入れないようにし、睡眠と食事とで体調を整えましょう！！集団生活の保育園では感染が広がりますので、怪しい・・・と思ったら早めの病院受診、休養をどうぞお願いします。



汚いんだっ手！？



手は、体の中で何番目に汚いか知っていますか？
 実は体の中では、2番目に汚いのが手なんです！！

では、1番汚れているのが、、おしり！！
 おしりを拭くのは手ですから、2番目に汚いの納得ですよ。他にも物を触るなどの動作で見た目では汚れていなくても、たくさんの菌が付着しています。

指と指の間、爪の間、手首までしっかり洗いましょう。

土曜日は、お箸と水筒だけ持って来て下さい。