

12月(おやつカレンダー)

月	火	水	木	金
			1 ジャムサンド (牛乳)	2 ☆お楽しみ☆ (牛乳)
5 フライドポテト (牛乳)	6 蒸しパン (牛乳)	7 お焼き (牛乳)	8 大学芋 (牛乳)	9 手作り 肉まん (牛乳)
12 おにぎり (牛乳)	13 スイートポテト (牛乳)	14 ピザ (牛乳)	15 ちぢみ (牛乳)	16 どら焼き (牛乳)
19 クッキー (牛乳)	20 マフィン (牛乳)	21 ポップコーン (牛乳)	22 たこ焼き (牛乳)	23 クリスマスケーキ (牛乳)
26 ヨーグルトケーキ (牛乳)	27 ラスク (牛乳)	28 ☆お楽しみ☆ (牛乳)	29 お休み	30 お休み

カミカミ習慣

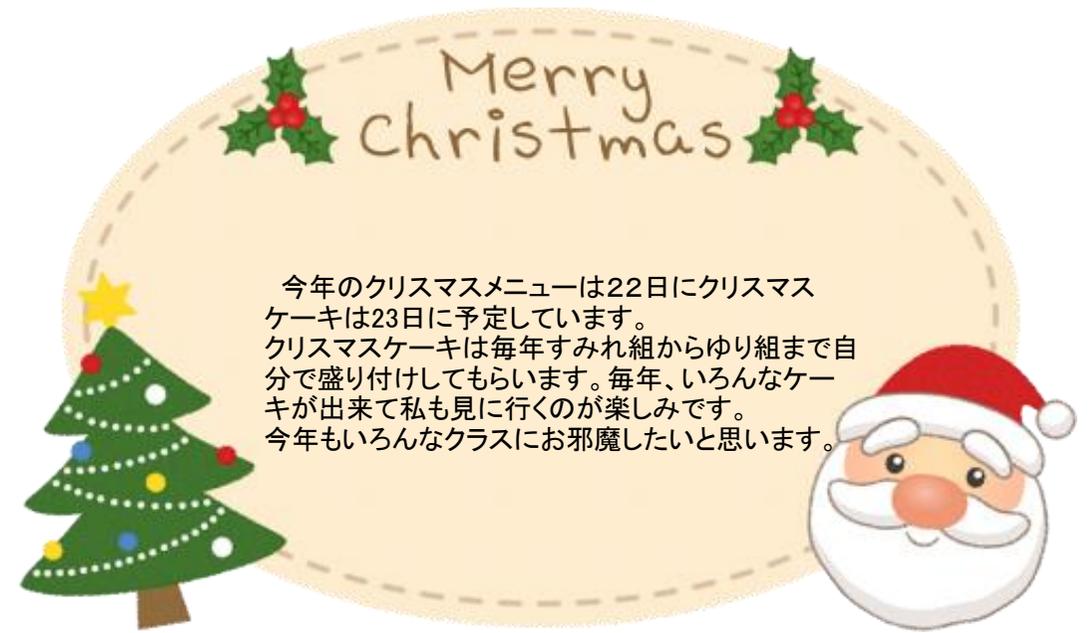
カミカミ習慣

※都合により変更する場合があります。
夕方のおやつにはおにぎりが出ています。

～旬を伝えよう～

今月の献立にはぶり・ほうれん草・りんご・小松菜などを入れました。
ほうれん草は鉄分・カルシウムなどが沢山含まれています。又、ガンに有効だと言われているカロテンは人参には及びませんが大変豊富に含まれています。

栄養士 水田 清美



今年のクリスマスメニューは22日にクリスマスケーキは23日に予定しています。クリスマスケーキは毎年すみれ組からゆり組まで自分で盛り付けしてもらいます。毎年、いろんなケーキが出来て私も見に行くのが楽しみです。今年もいろんなクラスにお邪魔したいと思います。



クリスマスケーキのレシピです。

スポンジケーキ 18cm型分の材料

- 卵.....3個
- グラニュー糖.....100g
- 薄力粉.....100g
- 牛乳.....大さじ1
- 無塩バター.....20g

作り方

- ① 卵を割り卵白と卵黄にわける。
- ② ボウルに卵白を入れミキサーで泡立てながらグラニュー糖を三回に分けて入れメレンゲを作る。
- ③ ②に卵黄を入れさらに混ぜる。牛乳・溶かしたバター・を入れさらに混ぜる。
- ④ 薄力粉はふるっておきボウルに入れゴムベラで混ぜる。
- ⑤ 160度に予熱したオーブンで35分焼く。

デコレーションは、お子様と一緒にしてみね!