



# 12月の給食だより



令和7年 とちのもり保育園

今年もあと1か月となりました。朝晩の寒さが厳しく、風邪やインフルエンザが流行しやすい季節です。3食しっかりと食べて、ぐっすりと眠り、風邪を予防しましょう。



## 11月のおはなしメニュー

11月の絵本は「うどんのうーやん」でした。

うどんが大好きなみんなのところに「ほな いってきますう」とうどん屋さんからうどんのうーやんが来てくれました。きつねうどんとかき揚げおいしかったね！



### 冬至



12月22日は「冬至」。一年でいちばん昼短い日です。昔から冬至には、かぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりして元気に冬を過ごす知恵が伝えられてきました。ほかにも、体を温める小豆や、「ん」のつく食べもの(にんじん・だいこん・れんこん など)を食べるとよいといわれています。給食でも季節の食材を取り入れて、子どもたちが寒い冬を丈夫に過ごせるよう応援します。



12月25日に  
クリスマスメニューを  
実施予定です！

