



発表会にクリスマス、大掃除と大忙しの12月。

今年は、子どもたちと大掃除をしてみたいかでしょうか？

自分の本やおもちゃの片付け…身近で使っているものの掃除やから始め、少しずつ台所や玄関の掃除のお手伝いを一緒にやると、すっきりした気持ちでお正月を迎えられるかもしれませんね😊



今月の郷土料理（15日）

タイピーエン(熊本県)

今月の食育の日（19日）

チキンフリッカセ（フランス）

☆給与栄養目標量☆

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
乳児	439kcal	18.1g	12.2g	1.3g
幼児	599kcal	24.7g	16.7g	1.6g



年越しといえど？

年越しといえど、そばを食べるイメージがあると思いますが、近年はうどんを食べるご家庭も増えているそうです。

年越しで食べるそばやうどんには、長寿の意味があります。また、そばは、他の麺類に比べて切れやすいことから【厄災や苦労を断つ】うどんは、他の麺類に比べて切れにくいことから【いつまでも幸福が続く】という意味が込められています。

どちらも、とても縁起のいい食べ物です。ご家庭でも、食べて縁起を担いでみてください！



OURS の Xmas メニュー

22.24.25 日、OURS ではクリスマスメニューを提供予定です。ぜひ、楽しみにしていてください😊

22 日：こなゆきチキン

24 日：ミートドリア

クリスマスゼリー

25 日：フィッシュアンドチップス

