

1月

給食だより

豊里幼稚園

令和6年1月1日

あけましておめでとうございます。

新しい年がスタートしました！まだまだ寒い季節ですが、よく食べ、よく動き、夜はしっかりと休み、長い休み中に乱れがちな生活リズムをしっかりと整えていきましょう。

2024年も子供たちが元気で、笑顔いっぱいの園生活が送れるように旬の食材を楽しみながら栄養たっぷりの美味しい給食を作っていきたいと思います。今年もよろしくお願いたします。

今月の献立にはおせち料理やアレンジしたメニューを取り入れています。「おせち料理のいわれ」とともに子供達に紹介していく予定です。

今月のねらい

- *うがい・手洗いをしっかりする。
- *バランスよくしっかり食べよう。
- *冬野菜をおいしく食べよう。

今月の行事食

26日(金)お誕生日会
園児のみご飯はいりません。
コップとお箸を忘れないでね。

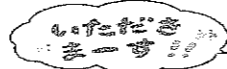


お正月のお雑煮

お雑煮は、土地の産物ともちを一つの鍋で煮た料理のことで、地域によってもちの形や汁の味、具材などが違います。室町時代に演技のよい食事として定着し、その後時代に合わせて庶民にも広がり、やがて新年を祝うお正月料理になりました。
豊里幼稚園では1月9日におやつとして白みそ味の雑煮を提供予定です。

「いただきます」と「ごちそうさま」

「いただきます」には「あなたの命を私の命にさせていただきます」という動物や植物などすべての生き物への感謝の気持ちが込められています。さらに野菜を育ててくれた方、魚を取ってくれた方、料理を作ってくれた方など、食べ物が口に届くまでに関わったすべての方々への感謝の意味が込められています。幼稚園でも小さな子供も食事の前には必ず手をあわせて「いただきます」ということを大切にしています。食事のはじまりとおわりに「いただきます」「ごちそうさま」をすることでけじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。



1月離乳食献立表

0歳児さくら組

		完了期(12~18カ月)		
日	曜	献立	主な食材	おやつ
5	金	魚のかわり西京焼き 大根なます かき玉汁 みかん	白身魚 みそ マヨドレッシング/大根 人参 胡瓜 すりごま/玉葱 卵 人参 小松菜 /みかん	牛乳 紅白サンド
6	土	サンドイッチ 牛乳 果物		
9	火	肉うどん 南瓜のバター焼き おかか和え パナナ	うどん 豚肉 玉葱 干し椎茸 かまぼこ 葱/南瓜 バター /ほうれん草 キャベツ 人参 かにかま 糸けずり/バナナ	牛乳 きなこ団子
10	水	タンドリーチキン かぶのサラダ すまし汁 みかん	鶏肉 玉葱 にんにく ヨーグルト カレー粉/かぶ 胡瓜 人参 ツナ マヨネーズ/花巻 人参 えのき 葱/みかん	牛乳 黒豆カップ ケーキ
11	木	筑前煮 干草焼き みそ汁 みかん	鶏肉 人参 れんこん 大根 ごぼう こんにゃく いんげん/卵 ほうれん草 鶏ミンチ 人参/豆腐 白菜 人参 みそ/みかん	牛乳 お菓子
12	金	麻婆豆腐 塩昆布和え わかめスープ パナナ	豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 にんにく 生姜 葱 みそ/白菜 胡瓜 塩昆布/わかめ 豆腐 白葱 ごま 鶏がら/バナナ	牛乳 ホットケーキ
13	土	サンドイッチ 牛乳 果物		
15	月	カレー風味のポトフ チキンナゲット 中華スパゲティー りんご	ウィンナー じゃがいも 人参 玉葱 キャベツ カレー粉 コンソメ /チキンナゲット/スパゲティー 人参 胡瓜 コーン ごま油 /りんご	牛乳 ツナピザ
16	火	れんこんハンバーグ ちりめん和え みそ汁 パナナ	豚ミンチ 玉葱 豆腐 れんこん パン粉 卵/白菜 ほうれん草 ちりめんじゃこ/揚げ 玉葱 麩 葱 みそ/バナナ	牛乳 りんごきんとん
17	水	チーズピカタ 納豆和え すまし汁 みかん	鶏モモ肉 粉チーズ 小麦粉 卵 ケチャップ/納豆 キャベツ もやし 人参/豆腐 かまぼこ 小松菜 /みかん	牛乳 オレンジパン
18	木	白身のソース煮 ジャーマンポテト みそ汁 みかん	白身魚 ウスター/じゃがいも 玉葱 ベーコン いんげん /かぶ 玉葱 豆腐 みそ/みかん	ヨーグルト バナナ
19	金	ポークチャップ 沢煮焼 キャベツのみそマヨ和え バナナ	豚肉 玉葱 しめじ 人参 ケチャップ/豆腐 ごぼう 厚揚げ 人参 えのき 葱/キャベツ わかめ ソーセージ みそ マヨネーズ /バナナ	牛乳 お菓子
20	土	サンドイッチ 牛乳 果物		
22	月	鶏肉とじゃがいもの照り煮 きつねサラダ 中華スープ バナナ	玉葱 鶏肉 片栗粉 じゃがいも/大根 人参 胡瓜 あげ /レタス 玉葱 ベーコン/バナナ	牛乳 チーズ スティックパン
23	火	クリームシチュー ウィンナー りんごサラダ みかん	豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 ブロッコリー 牛乳 小麦粉 コンソメ バター/ウィンナー/りんご キャベツ 胡瓜/みかん	ツナと昆布の おにぎり
24	水	白身魚の竜田揚げ 南瓜サラダ すまし汁 みかん	白身魚 片栗粉 生姜/南瓜 チーズ 胡瓜 ごま マヨネーズ/大根 厚揚げ 人参 葱 みそ/みかん	牛乳 シュガーラスク
25	木	おでん ごまドレ和え みそ汁 みかん	大根 卵 ちくわ 人参 厚揚げ /もやし 人参 揚げ 胡瓜 ごまドレ/白菜 人参 豆腐 みそ/みかん	牛乳 お菓子
26	金	きのこおこわ チキン南蛮 ブロッコリーおかか和え 豆乳みそ汁 パナナ	米 もち米 椎茸 人参 エリンギ 揚げ/鶏肉 片栗粉 マヨドレッシング 玉葱 パセリ/豆腐 大根 人参 葱 みそ 豆乳 /バナナ	牛乳 ケーキ
27	土	サンドイッチ 牛乳 果物		
29	月	白身魚のみそ煮 錦和え けんちん汁 みかん	白身魚 みそ 生姜/ほうれん草 人参 春雨 卵 /大根 人参 豆腐 ごぼう 鶏肉 葱/みかん	牛乳 さつまいも ようかん
30	火	レバーの変わりソース キャベツサラダ みそ汁 バナナ	鶏モモ肉 レバー 玉葱 ケチャップウスター みそ にんにく 生姜 ごま 片栗粉/キャベツ コーン わかめ/なめこ 白菜 人参 みそ/バナナ	牛乳 ポテトもち
31	水	マカロニグラタン みかん ボン酢和え 豆腐のスープ	鶏肉 マカロニ しめじ 人参 ほうれん草 玉葱 牛乳/パン粉 小麦粉 粉チーズ/白菜 人参 えのき ポン酢/豆腐 人参 白葱 中華だし/みかん	ひじきご飯

献立は、個人の離乳食摂取状況により、変更します。未摂取の食材があればお知らせ下さい。
午前のおやつは乳児用お菓子です。