

給食献立表

1月

給食だより

豊里幼稚園

令和7年1月1日

新年あけましておめでとうございます。

家族そろって新しい年を迎え、それぞれの目標をたてられたことと思います。給食室は、今年も安心・安全でおいしい楽しい給食を提供し、子供達の健やかな成長を見守ってきたいと思っております。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

1月は寒さも厳しく、引き続き体調をくずしやすい月です。年始年末で乱れてしまった生活リズムを少しずつ整えるためにも、あたたかい朝ごはんをしっかりと食べて、1日を元気に過ごせるようにしていきましょう。

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。
- *風邪に負けない体力作りをしよう。



今の行事食

- 7日(火)七草粥 ※おやつに食べます。
- 8日(水) 雑煮 ※おやつに食べます。
- 24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・スプーンを忘れないでね。

七草粥

七草粥を食べるのは七草の若芽を食べて植物がもつ生命力を取り入れ、無病息災でいられるようにという願いがこめられています。七草は日本のハーブであり、胃腸に負担がかからないおかげで食べることで、正月疲れが出はじめた胃腸の回復に適しています。

園では1月7日のおやつに提供予定です。七草の種類も、子供達に紹介します。



お正月料理

おせち料理は、もともと「御節句(おせちく)」といい季節のかわりめ(節句)に神様にお供えした料理のこと。それが次第にいちばん重要な節句であるお正月の料理を指すようになりました。重箱につめるのは「めでたさを重ねる」という願いが込められています。お正月に食べる雑煮も、元旦にやってくる年神様の魂が宿ったお餅を食べるといふ、ありがたい料理です。今月のメニューには「雑煮」「栗きんとん」「田作り」「黒豆」などのお正月料理を予定しています。今年の健康と幸せを願う様々なお正月の料理を子供達と一緒に楽しみたいですね。



さくら・もも組の午前のおやつは牛乳・フルーツかお菓子です。

日	曜日	献立メニュー	主な材料	午後のおやつ	
				きく・ゆり・ばら	もも・さくら
6	月	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/花魁 人参 えのき 葱/みかん	牛乳 黒豆ケーキ	牛乳 黒豆ケーキ
7	火	筑前煮 千草焼き 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	七草粥	七草粥
8	水	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 糸けすり/パナナ	白みそ雑煮	牛乳 きなこ団子
9	木	鯖のかわり西京焼き 大根なます かき玉汁 みかん	さわら(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	牛乳 紅白サンド
10	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 玉葱 白葱 ごま 鶏がら/パナナ	牛乳 だいやき 昆布	牛乳 ホットケーキ
11	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
14	火	チーズピカタ マヨ納豆和え すまし汁 みかん	鶏もも肉 粉チーズ 小麦粉 卵 ケチャップ/納豆 キャベツ もやし 人参 マヨドレッシング 糸けすり/豆腐 かまぼこ 小松菜 /みかん	牛乳 くりきんとん	牛乳 くりきんとん
15	水	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 葱 みそ/パナナ	牛乳 お菓子 きく組クッキング	牛乳 お菓子
16	木	カレー風味のポトフ チキンナゲット 中華スパゲティ 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 人参 胡瓜 コーン ごま油 /りんご	ヨーグルト パナナ	ヨーグルト パナナ
17	金	赤魚のソース煮 ジャーマンポテト みそ汁 みかん	赤魚(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	牛乳 シュガーラスク	牛乳 シュガーラスク
18	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
20	月	ボークチャップ 沢煮椀 キャベツのみそマヨ和え パナナ	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 /パナナ	牛乳 田作り お菓子	牛乳 お菓子
21	火	鶏肉とじゃがいもの照り煮 ごま酢和え 中華スープ みかん	玉葱 鶏肉 片栗粉 じゃがいも/ブロッコリー 胡瓜 かにかま ごま /シラス 玉葱 ベーコン/みかん	牛乳 チーズ スティックパン	牛乳 チーズ スティックパン
22	水	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	ツナと昆布の おにぎり
23	木	鱈の竜田揚げ 大根サラダ すまし汁 みかん	鱈(白身魚) 片栗粉 生姜/大根 ツナ 胡瓜 ごま マヨネーズ/玉葱 えのき 厚揚げ 人参 葱/みかん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
24	金	♪お誕生日会♪		牛乳 ケーキ	牛乳 ケーキ
25	土	サンドイッチ 牛乳 果物			
27	月	鯖のみそ煮 錦和え けんちん汁 みかん	鯖(白身) 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	牛乳 さつまいも ようかん
28	火	レバーの変わりソース キャベツサラダ みそ汁 パナナ	鶏もも肉 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/パナナ	牛乳 オレンジパン	牛乳 オレンジパン
29	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 ボン酢/豆腐 人参 わかめ 中華だし/みかん	ひじきご飯	ひじきご飯
30	木	おでん ごまだし和え みそ汁 みかん	大根 卵 ちくわ 人参 厚揚げ こんにゃく/もやし 人参 揚げ 胡瓜 ごまだし/白菜 人参 豆腐 みそ/みかん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
31	金	チンジャオロースー ささみとキャベツのごま和え 中華スープ パナナ	豚肉 玉葱 ピーマン だけのこ 人参 ならみそ/ささみ キャベツ 胡瓜 ごま /豆腐 青梗菜 人参/パナナ	牛乳 お菓子 チーズ	牛乳 お菓子 チーズ

玄関に給食の写真を掲示しています。お迎えに来られた時、みてお帰りください。都合により、献立を変更することがあります。