

1月 給食の献立

完全給食日のお知らせ

完全給食 1月 14日(金)

お誕生会 21日(金)

3歳以上児は主食はいりません。また、1月14日(金)はカレーライスが給食に出ます。うさぎ・ばんだ・きりんぐみは、名前を付けたスプーンも持ってきてください。

🍁 セレクト給食のお知らせ 🍁

セレクト給食は自分で事前を選んだものを給食で食がます。(メニューは、青文字で表記してあります。)

| 日・曜 | 3時間 | | 3歳未満児 | | |
|--------|------------------|---------------|----------------------|-------------------------------|--------|
| | | | 3歳以上児 | | |
| 6日(木) | 牛乳 | クッキー | かしわうどん | キャベツのおかか和え チーズ バナナ | 梅干おにぎり |
| 7日(金) | 牛乳 | おせんべい | ポークピカタ | 大豆とひじきの煮物 みそ汁(キャベツ・人参) りんご | ごはん |
| 8日(土) | 牛乳 | ビスケット | 焼きそば | コールスローサラダ コンソメスープ みかん | バターロール |
| 11日(火) | 牛乳 | かりんとう | 醤油ラーメン | きゅうりとちくわの和え物 チーズ バナナ | 梅干おにぎり |
| 12日(水) | コーンフレーク牛乳かけ | | 鮭のムニエル | ポテトサラダ みそ汁(白菜・人参) パイン | ごはん |
| 13日(木) | 牛乳 | 鈴かすてら | 鶏肉のチーズパン粉焼き | ほうれん草の胡麻和え みそ汁(鶏卵・ねぎ) りんご | ごはん |
| 14日(金) | 完全給食 | ♡きな粉ミルクラスク・牛乳 | カレーライス | バンサンスウ コンソメスープ みかん | |
| 15日(土) | 牛乳 | クッキー | スペイン風オムレツ | わかめサラダ コーンスープ りんご | クロワッサン |
| 17日(月) | 牛乳 | おせんべい | 鶏肉のマーマレード焼き | ほうれん草の白和え みそ汁(えのき草・わかめ) みかん | ごはん |
| 18日(火) | 牛乳 | クッキー | ミートスパゲッティ | チーズサラダ コンソメスープ バナナ | バターロール |
| 19日(水) | 牛乳 | ♡大学いも | すり身ハンバーグ | 切干大根の煮付け みそ汁(にら・油揚げ) オレンジ | ごはん |
| 20日(木) | 牛乳 | ビスケット | マーボー豆腐 | 春雨のサラダ みそ汁(大根・人参) パイン | ごはん |
| 21日(金) | お誕生日会 | 牛乳・おせんべい | ちらし寿司 | 鶏肉と里芋の煮物 すまし汁(豆腐・なめこ) みかん | |
| 22日(土) | 牛乳 | クッキー | 焼きぎょうざ | ツナポテトサラダ わかめスープ りんご | クロワッサン |
| 24日(月) | 牛乳 | ビスケット | 煮魚(ほっけ) | 白菜と炒り卵の和え物 みそ汁(はんぺん・ねぎ) バナナ | ごはん |
| 25日(火) | 牛乳 | コアラのマーチ | うどん(たぬき・きつね) | しらす和え チーズ みかん | 梅干おにぎり |
| 26日(水) | ♡フルーツフルーチェ・おせんべい | | かぼちゃグラタン | 小松菜のなめ茸和え みそ汁(豆腐・わかめ) りんご | ごはん |
| 27日(木) | 牛乳 | ポップコーン | 豚肉と大根の味噌煮 | マカロニサラダ かきたま汁(鶏卵・ねぎ) パイン | ごはん |
| 28日(金) | 牛乳 | おせんべい | 豆腐入りさつま揚げ | きゅうりとささ身の胡麻和え みそ汁(大根・しめじ) バナナ | ごはん |
| 29日(土) | 牛乳 | クッキー | スパゲッティナポリタン | 野菜サラダ コンソメスープ みかん | バターロール |
| 31日(月) | 牛乳 | おせんべい | ミックスフライ(えびフライ・チキンカツ) | ココロサラダ みそ汁(キャベツ・人参) りんご | ごはん |

🍁 リクエスト給食のお知らせ 🍁

今年の3月で卒園する、きりんぐみのお友達にもう一度食べたいメニュー(主食・主菜おやつ)をリクエストしてもらいました。(赤字で表記 また、2~3月にも実施します。)

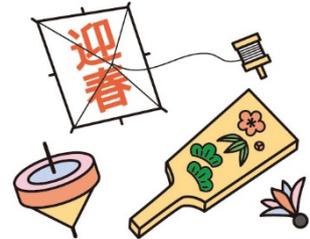
●牛乳(乳製品・ヨーグルト)などは3時のおやつ時に出ます(献立によって乳製品が重なってしまう日を除く)が、土曜日は給食に牛乳が付きません。

●献立は予告なく変更する場合があります。

●♡印は手作りおやつです(青文字で記入しています。)

食育だより

あけましておめでとうございます。
新しい年も、子どもたちの好奇心や食欲を育んでいきたいと思えます。今年もどうぞ宜しくお願い致します。



おせち料理の意味

無病息災、子孫繁栄の願いが込められています。
おせちのお重箱に入れるものは？

数の子・かちぐり・錦たまご・黒豆
田作り・鯛・里芋・栗きんとん・橙
紅白かまぼこ・紅白なます・昆布
伊達巻きなどが基本で、後は、各地方、各家庭で異なります。

お雑煮について

平安次代に、もち、人参、大根などを神に供えて神まつりした後、これらを集めて食べるようになったのが雑煮の始まりです。雑煮も各地方、各家庭で異なり、関西地方は切りもちのすまし仕立て、関東は丸もちの味噌仕立てが多いようです。

春の七草（七草がゆ）

1月7日は、せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろの七草が入った七草がゆを食べ、胃腸をいたわりましょう。おかゆの味付けが苦手な子どもには雑煮風やすまし汁にして食べるのもおすすめです。

鏡びらき

年神様がいらっしゃる間は鏡もちを飾っておき、松の内が明けたら今度は年神様を送るために、おもちをいただきます。雑煮やおしるこ、お好きな調味料で、家庭によっていろいろな楽しみ方で味わってみてください。