

2022年 1月給食献立予定表

すみれ保育園

曜	主食	副食	主な材料		おやつ	主な材料
4火	特別協力保育	そうめん スープ	小麦粉 白菜 玉葱 人参		蒸しパン 小魚 くだもの 麦茶	小麦粉 さつま芋 りんご
5水	協力保育	そうめん スープ	小麦粉 きゃべつ 玉葱 人参		ふかし芋 昆布 くだもの 麦茶	じゃが芋 みそ みかん
6木	ごはん	魚の包み焼き ごま和え たくあん 千切り野菜のすし汁	生鮭 玉葱 えのき ピーマン 人参 みそ 生姜 さつま芋 ブロッコリー 人参 ごま 大根 人参 にら 白滝 長葱 大根		フランスパン かわはぎ くだもの 牛乳	りんご
7金	鶏けんちん うどん	天ぷら おかつ汁	かぼちゃ / 玉葱 人参 ピーマン 小豆子 ブロッコリー 人参 けずり節 人参 鶏小間肉 大根 里芋 ごぼう 長葱 油あげ		七草がゆ たくあん くだもの 麦茶	米 スズナ スズシロ 大根 みかん
8土	土曜保育	そうめん スープ	小麦粉 きゃべつ 玉葱 人参		フランスパン くだもの 牛乳	りんご
11火	ごはん	スタミナ漬 大根サラダ みそ汁	豚中肉 玉葱 人参 にら 大根 ブロッコリー 人参 豆乳 酢 ごま きゃべつ 玉葱 白菜 人参		芋もち 昆布 くだもの 牛乳	じゃが芋 かたくり粉 みかん
12水	五目 ごはん	焼魚 磯香和え/たくあん 豚汁	ごぼう しめじ 人参 かんぴょう 油あげ ホッケ きゃべつ ほうれん草 人参 焼のり / 大根 豚小間肉 大根 ごぼう じゃが芋 人参 長葱		ごまがりんと 小魚 くだもの 牛乳	小麦粉 ごま 青のり りんご
13木	ごはん	鶏のからあげ 春雨サラダ 粉ふき芋/たくあん みそ汁	鶏肉 生姜 かたくり粉 小麦粉 きゃべつ ブロッコリー 人参 青のり / 大根 白菜 チンゲン菜 玉葱 人参		フランスパン するめ くだもの 牛乳	りんご
14金	ごはん	肉じゃが しらす和え みそ汁	豚小間肉 じゃが芋 玉葱 人参 白滝 きゃべつ ほうれん草 人参 しらす 豆腐 長葱 わかめ		くびんど焼き まゆ玉 焼き芋 くだもの/麦茶	上新粉 さつま芋 りんご
15土	土曜保育	そうめん スープ	小麦粉 きゃべつ 玉葱 人参		フランスパン くだもの 牛乳	りんご
17月	ごはん	松風焼き きゃべつ/たくあん 煮もの すいとん汁	鶏ひき肉 玉葱 人参 みそ きゃべつ / 大根 里芋 人参 大根 人参 ごぼう しめじ 長葱 小麦粉		かわはぎの天ぷら 酢昆布 くだもの 麦茶	かわはぎ 小麦粉 昆布 酢 しょうゆ みかん

※献立は変更になる場合もあります。

新年あけましておめでとうございます

食べることは、体と心の健康につながります。ひとひとひとひのメニューに子どもたちの健やかな成長を願う思いを込めて、心あたたまる給食を大切に作っていきたいと思います。食の安全・安心についても常に考え、努めていきます。今年もよろしくお祈りします。



七草の種類



— 7日 七草 —
無病を祈って7種類の野菜をかゆに入れます。芽吹きのエネルギーをもらって無病を吹きます。スズナとズシロの部分をみたくあんが



— 15日 小正月 (14日に行います) —
まゆ玉作りとどんど焼き
まゆ玉とは、米の粉で作ったおだんごです。このおだんごを枝にさして、どんど焼きの炎で焼いて食べます。その1年は、風邪をひかないと言われています。どんど焼きは、正月飾りや門松、書初めなどを焚き上げて1年の健康を願う伝統行事です。