

日曜	主食	副食	主な材料				おやつ	主な材料
4 木	特別協力保育	そうめん スープ	小麦粉 きゃべつ	玉葱 人参			おにぎり くだもの 麦茶	米 焼きのり りんご
5 金	協力保育	そうめん スープ	小麦粉 白菜	玉葱 人参			フランスパン 昆布 くだもの 麦茶	みかん
6 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 麦茶	りんご
9 火	うどん	天ぷら おひたし 肉スープ	さつまいも きゃべつ 豚小間肉	玉葱 人参 ピーマン 小松菜 人参 ごぼう 長葱 人参	小女子		七草がゆ 酢大根 くだもの 麦茶	米 スズナ スズシロ 大根 酢 しょうゆ みかん
10 水	ごはん	魚のみそ焼き 煮もの 野菜炒め 千切り野菜のすまし汁	ホキ 里芋 きゃべつ 大根	みそ 人参 玉葱 人参 にんにく ピーマン 人参 にら 長葱 白滝			おからスコーン 昆布 くだもの 牛乳	おから 小麦粉 豆乳 りんご
11 木	人参 ごはん	鶏のからあげ 千切りきゃべつ マカロニサラダ みそ汁/たくあん	鶏肉 きゃべつ マカロニ 豆腐	生姜 かたくり粉 人参 豆乳 酢 ごま 人参 わかめ 人参 大根	小麦粉		チヂミ するめ くだもの 牛乳	水菜 小麦粉 上新粉 みかん
12 金	ごはん	肉じゃが じゃこサラダ みそ汁/たくあん	豚小間肉 人参 きゃべつ 白菜	じゃが芋 玉葱 白滝 いんげん ブロッコリー 人参 ちりめんじゃこ ほうれん草 玉葱 人参 大根			ジャムパン かわはぎ くだもの 牛乳	フランスパン いちごジャム りんご
13 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 麦茶	りんご
15 月	ごはん	松風焼き きゃべつ 煮もの すいとん汁	鶏ひき肉 きゃべつ れんこん 大根	玉葱 人参 人参 人参 ごぼう しめじ 長葱 小麦粉	みそ 昆布		< どんど焼き > まゆ玉/焼き芋 焼き葱 くだもの/牛乳	上新粉 / さつまいも 長葱 りんご
16 火	ごはん	焼魚 あらめ煮 白和え みそ汁/たくあん	ホッケ あらめ きゃべつ 白菜	ごぼう 人参 いんげん ほうれん草 人参 豆腐 みそ 人参 大根 玉葱 えのき 人参 大根			ポテトフライ 昆布 くだもの 牛乳	じゃが芋 パン粉 みかん
17 水	ミートソース スパゲティ	ふかし芋 根菜サラダ 海菜豚	豚ひき肉 さつまいも れんこん わかめ	玉葱 人参 りんご かぶ 人参 玉葱 人参 豚小間肉	トマトケチャップ		おにぎり たくあん くだもの 牛乳	米 十五穀米 大根 りんご

※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。ひとつひとつ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て努めていきます。今年もよろしくお祈りします。



< 7日 七草 ~ 9日に七草がゆを食べます。 >

無病を祈って7種類の野菜をかゆに入れて食べます。

芽吹きエネルギーをもらって無病息災の願いを込めて、おかゆを炊きます。

スズナとスズシロの白い根の部分を入れると甘みがでます。

七草の種類



< 15日 小正月 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。