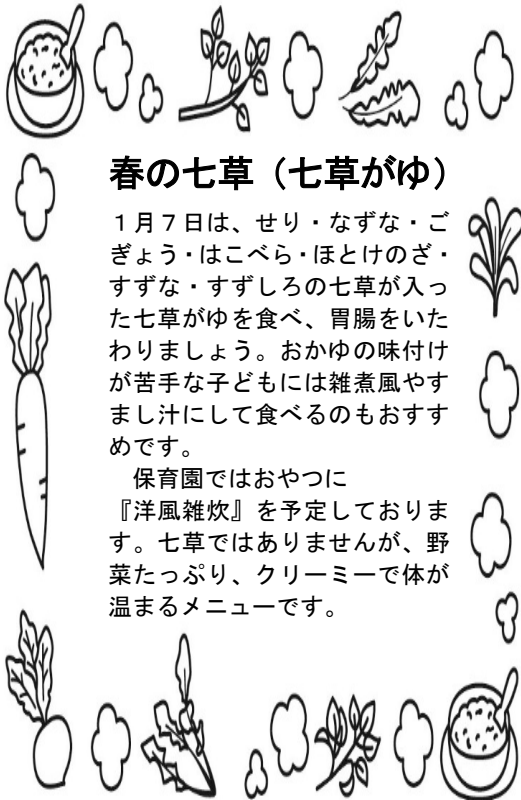


あけまして おめでとうございます

新しい1年の幕開けを迎えました。
今年も、子どもたちの好奇心や食欲
を育てていきたいと思えます。今年も
どうぞよろしく願いいたします。



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。

保育園ではおやつに『洋風雑炊』を予定しております。七草ではありませんが、野菜たっぷり、クリーミーで体が温まるメニューです。

おもちつき会について

11日はおもちつき会です。毎年人気のごま、磯辺、納豆の3種類です。3歳未満児のクラスには通常通りの給食を提供し、食べれる子にはお餅を提供します。3歳以上児さんでお餅が苦手なお子さんご飯をご持参ください。



* 今月のおにぎりの日は9日(水)です。

* 仕入れ状況により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

日	曜	献立名	おやつ	kcal
1	火	↓		
2	水	↓		
3	木	お正月休み		
4	金	ポークカレー・醤油フレンチ・ブロッコリースープ (えのき、ほうれん草)・りんご	ごまババロア	471
5	土	手作り弁当・スープ (卵、わかめ)・みかん	ゼリー・ビスケット	
7	月	鮭のコンソリッター・すき昆布の煮物・胡瓜漬けすまし汁 (大根、厚揚げ)・オレンジ	洋風雑炊	396
8	火	ミートローフ・わかめのみぞれ和え・粉ふき芋すまし汁 (豆腐、ふのり) グレープフルーツ	クワックザンパド スキムルク	465
9	水	おにぎりの日 大豆の落とし揚げ・里芋の煮転がし・白菜の磯辺和えすまし汁 (ほうれん草、しめじ)・バナナ	きのこそうめん	450
10	木	白身魚の柳川風・白菜と大根のつが・ミニトマトみそ汁 (玉葱、人参)・キウイ	さつま芋レモン煮お茶	395
11	金	餅つき会・もち(磯辺、ごま、納豆)・大根ゆかり和えけんちん汁・みかん	3色ゼリー	502
12	土	手作り弁当・すまし汁(板ふ、わかめ)・バナナ	シュークリーム	
14	月	お休み		
15	火	鱈ワイク・リーソース・ひじきサラダ・トマトすまし汁(生椎茸、白菜)・グレープフルーツ	かき玉うどん	465
16	水	ツナグラタン・ホパイとコーンの油炒め・ブロッコリースープ(ピーマン、マッシュルーム)・オレンジ	じゃこのお焼きお茶	415
17	木	五目煮付け・大根つが・チーズみそ汁(なめこ、長ねぎ)・バナナ	たらこがケツチお茶	469
18	金	さばの味噌煮・煮豆・キャベツすまし汁(もやし、小松菜)・いちご	さつま芋包み揚げお茶	350
19	土	手作り弁当・スープ(ごま、わかめ)・オレンジ	スイートポテト	
21	月	鮭の変わり揚げ・卵の花の煮物・キャベツすまし汁(もやし、ほうれん草)・りんご	フレンチトースト	554
22	火	厚揚げ中華風旨煮・春雨つが・チーズみそ汁(じゃが芋、わかめ)・バナナ	ピーナツ入りりんとお茶	469
23	水	稲穂揚げ・根野菜のごま味噌炒め・胡瓜漬けすまし汁(卵豆腐、万能葱)・グレープフルーツ	おから入バウンドケーキお茶	523
24	木	お芋の南蛮煮込み・酢の物(卵入り)・もやしみそ汁(まいたけ、ふのり)・みかん	温そうめん	360
25	金	鶏肉の和風汁・わかめとしめじのつが・ミニトマトスープ(卵、万能葱)・オレンジ	ミートソースお茶	421
26	土	手作り弁当・すまし汁(卵、わかめ)・パイ	コアワッフル	
28	月	豚肉のさっぱり煮・洋風切干大根・コーンすまし汁(もやし、人参)・バナナ	コーンポトーススキムルク	464
29	火	カツオ春巻・利休和え・コーンみそ汁(豆腐、わかめ)・グレープフルーツ	カルピスゼリー	524
30	水	お誕生会(お箸のみ持たせてください)	お楽しみ♪	
31	木	鶏の照り焼き・ひじきの煮物・粉ふき芋みそ汁(なめこ、長ねぎ)・オレンジ	ほくほくドーナツお茶	436