

給食だより

今月のテーマ 冬の野菜。
 今月の目標 正月を通していろいろな食べ物がある事を知る。
 根菜料理を食べよう。



おかゆを食べて体調を整えましょう

年末年始は、ごちそうがたくさん。胃の調子を整えるためや厄よけのために、1月7日にはセリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロの七草を入れる「七草がゆ」を食べます。15日の「小正月」にも、おかゆをいただきます。このおかゆには、アズキを入れる地方が多いとされていて、「アズキがゆ」とも言われています。ぜんざいやおしるこの所もあるようです。

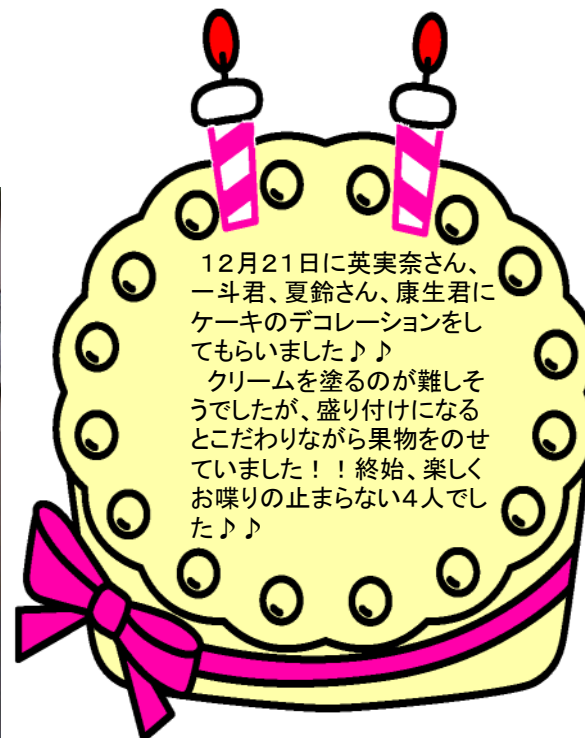
日	曜	こんだて	おやつ	未満児朝のおやつ
4	火	シチュー かぼちゃサラダ	りんかけ	マリービスケット
5	水	こうやのたまごとじ ナムル	フライドポテト	みかん
6	木	さかなのさいきょうやき になます	カレーむしパン	梅の香巻
7	金	ななくさがゆ ピーナッツあえ	カスタードクリームあえ	かっぱえびせん
8	土	やきそば くだもの		
10	月	成人の日		
11	火	はくさいとにくだんごのスープ ブロッコリーサラダ	コーンフレーク	りんご
12	水	しょうじんりょうり みそしる	こくとうポップコーン・みかん	カステラ
13	木	さかなのオーロラソースかけ カミカミサラダ	おこのみやき	とんがりコーン
14	金	にくじゃが なっとうあえ	ホットケーキ	ヨーグルト
15	土	パン くだもの		
17	月	カレー ゆかりあえ	キャロットケーキ	ゼリー
18	火	ちぐさやき ちゅうかサラダ	ぜんざい	かりんとう
19	水	★誕生会★ チキンときのこのピラフ にんじんスープ サラダ	ケーキ	サラダ一番
20	木	ぶたにくのピーナッツやき やさいいため	フルーチェ	オレンジ
21	金	せきはん ごまあえ かきたまじる	オレンジゼリー	じゃがりこ
22	土	クリームスパゲティ くだもの		
24	月	ぶたにくとなまあげのみそに なたねあえ	たまごサンド	ベジたべる
25	火	さかなのてりやき すのもの	だいがくいも	白い風船
26	水	すきやきふうに ふりかけ	あまからだんご	卵ボーロ
27	木	からあげ ポテトサラダ	ピザもち	ウエハース
28	金	マーボーどうふ みそマヨサラダ	フルーツヨーグルト	黒棒
29	土	にくうどん くだもの		
31	月	のっぺじる おかかあえ	こんぶ・チーズ	バナナ

おせち料理の意味

黒豆/「毎日を「マメ」で元気に過ごす」
 田作り/「豊作を祈る」
 昆布巻き/「毎日の健康をよる「こぶ」」
 レンコン/「先々の見通しが利くように」
 などなど。

おせち料理の意味

黒豆/「毎日を「マメ」で元気に過ごす」
 田作り/「豊作を祈る」
 昆布巻き/「毎日の健康をよる「こぶ」」
 レンコン/「先々の見通しが利くように」
 などなど。



12月21日に英実奈さん、一斗君、夏鈴さん、康生君にケーキのデコレーションをしてもらいました♪♪
 クリームを塗るのが難しそうでしたが、盛り付けになるとこだわりながら果物をのせていました！！終始、楽しくお喋りの止まらない4人でした♪♪