



平成30年度
給食ニュース
1月号
すいしょう保育園

新しい食器、スプーンを使って食べています



この日の献立は、ビビンバ、青梗菜とわかめのスープ、果物でした。人気のメニューです！
新しい食器は、角が丸くなっているので食べやすいようです。ももちゃんも自分で食べています。だんだん上手になってきましたよ。
園で使っている食器、スプーンを見たい方は、お声掛け下さい。



16日(水) 誕生会メニュー

ももたろうランチ

ももごはん
豆乳シチュー
ゆでニンジン、ゆでブロッコリー
鶏肉の唐揚げ、コンソメスープ
デザート



★3歳以上児も主食はいりません



はなゆりさんのクッキングが
始まります

■の印の日はクッキングがあります。
エプロン、三角巾、マスクの用意を
お願いします。

はなゆりさんは、もう少しで1年生ですね。
小学校に行くと、どんな給食を食べるのかな？
保育園の給食とは違うのかな。
ちょっぴりご紹介します。



S 小学校 12月の献立より

- ・キーマカレーライス
- ・キムチ豚汁
- ・さんまの蒲焼き
- ・アーモンドおひたし
- ・豆腐の中華煮
- ・わかめごはん
- ・揚げコーンしゅうまい
- ・えびカツ
- ・切り干し大根のナムル
- ・鶏肉のクリームソース

など…

おいしそうですね♪

小学校の給食もいっぱい食べて、大きくなってね！

1月の手作りおやつ		
1	火	元旦
2	水	年始休み
3	木	
4	金	おにぎり
5	土	おにぎり
6	日	
7	月	むしばん
8	火	おにぎり
9	水	スパゲッティ
10	木	ポテトパン
11	金	きな粉マカロニ
12	土	おにぎり
13	日	
14	月	成人の日
15	火	五平もち
16	水	おからココアケーキ
17	木	ミルクパン
18	金	大学芋
19	土	おにぎり
20	日	
21	月	くずもち
22	火	白玉だんご
23	水	サンドおにぎり
24	木	レーズンパン
25	金	ごませんべい
26	土	おにぎり
27	日	
28	月	ゼリー
29	火	ジャムサンド
30	水	ういろう
31	木	ミルクフレンチ



牛乳、スキムミルク、お茶などの飲み物がつきます。

1 月食事献立予定表

おうちのかたへ

平成30年度

日 曜	おひるのこんだて	あかの食品 <small>血や肉になるもの</small>	みどりの食品 <small>体の調子を整えるもの</small>	きいろの食品 <small>熱や力になるもの</small>	調味料ほか
4 金	カレー コールスローサラダ 果物	豚肉	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン 缶 果物	じゃが芋 油 カレールウ	ケチャップ 塩 醤油 酢 (こしょう)
5 土	鮭汁 果物	3歳以上児は、主食を持ってきてください。			
7 月	豚肉と根菜の甘辛煮 みそ汁 青菜のふりかけ 果物	豚肉 厚揚げ 油揚げ 味噌	ゴボウ 人参 筍水煮 白滝 ビーマン 生姜 大根 なめこ 青菜	油 砂糖 ごま	醤油 みりん だし汁 塩
8 火	魚のかば焼き 白菜のみみ漬け みそ汁 果物	魚 油揚げ 味噌	生姜 白菜 人参 塩昆布 わかめ 果物	片栗粉 油 砂糖 じゃが芋	酒 醤油 みりん 塩 だし汁
9 水	ジャーマンオムレツ 茹ブロッコリー カレー野菜スープ 焼きのり 果物	卵 ベーコン チーズ	ビーマン 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ 人参 セロリ パセリ 焼きのり	じゃが芋 油 砂糖	塩 ケチャップ ソース コンソメ カレー粉
10 木	麻婆豆腐 青菜とちくわの和え物 果物	豆腐 豚ひき肉 味噌 ちくわ	生姜 にんにく 人参 干椎茸 長ねぎ ほうれん草 もやし コーン缶 果物	油 砂糖 片栗粉 ごま油	醤油 酢
11 金	ポークビーンズ 野菜スープ 果物	豚肉 大豆水煮 ベーコン	玉ねぎ 人参 トマト缶 にんにく 白菜 しめじ パセリ 果物	じゃが芋 砂糖 油	トマトピューレ ケチャップ 塩 コンソメ こしょう
12 土	雑煮汁 果物	3歳以上児は、主食を持ってきてください。			
15 火	松風焼き 黒豆 のっぺい汁 果物	鶏肉 豚肉 豆腐 味噌 黒豆 塩鮭 かまぼこ	玉ねぎ 長ねぎ 人参 生姜 干椎茸 こんにゃく ごぼう 青菜	パン粉 砂糖 油 ごま 里芋	醤油 酒 みりん 塩 だし汁
16 水	誕生会献立 「ももたろうランチ」	3歳以上児も、主食はいりません。			
17 木	チキン南蛮 コーンサラダ みそ汁 果物	鶏肉 卵 豆腐 味噌	玉ねぎ パセリ キャベツ きゅうり 人参 コーン缶 わかめ えのき茸	片栗粉 油 砂糖 マヨネーズ	塩 こしょう 酢 醤油 みりん だし汁
18 金	クリームシチュー ひじきサラダ 焼きのり 果物	鶏肉 牛乳 ロースハム	玉ねぎ 人参 マッシュルーム ブロッコリー ほうれん草 ひじき コーン缶 焼きのり	じゃが芋 油 小麦粉 パター	コンソメ 塩 (こしょう) マヨネーズ 醤油
19 土	もやしチゲ 果物	3歳以上児は、主食を持ってきてください。			
21 月	鮭のしんじょ揚げ お浸し みそ汁 季節の果物	白身魚 鮭 卵 味噌	玉ねぎ ほうれん草 もやし 青菜 長ねぎ 果物	片栗粉 油 里芋	塩 マヨネーズ 醤油 だし汁
22 火	ハンバーグ 茹ブロッコリー みそ汁 果物	牛肉 豚肉 味噌	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 小松菜 えのき茸 わかめ	パン粉 油	塩 酒 ケチャップ ウスターソース 砂糖 だし汁
23 水	煮込みおでん ほうれん草納豆 果物 みそ汁	厚揚げ 練り製品 納豆	大根 人参 こんにゃく 昆布 ほうれん草 果物	里芋 車麩	塩 醤油 みりん だし汁
24 木	コーンラーメン 金時豆の甘煮 果物	チャーシュー	コーン缶 もやし 人参 ねぎ わかめ だし昆布 果物 焼きのり	乾麺 油 砂糖 ラード 金時豆	ラーメンたれ 鶏ガラだし 醤油
25 金	魚の照り焼き 三色浸し 沢煮椀 果物	魚 豚肉	ほうれん草 人参 もやし 大根 ごぼう えのき茸 長ねぎ 果物	春雨	醤油 みりん 酒 塩 醤油 だし汁
26 土	鶏団子スープ 果物	3歳以上児は、主食を持ってきてください。			
28 月	さつま芋入り酢豚 春雨スープ 果物	豚肉 豆腐	生姜 玉ねぎ 人参 干椎茸 ビーマン パイン缶詰 わかめ 長ねぎ 果物	片栗粉 油 さつま芋 砂糖 春雨 ごま油	酒 醤油 酢 ケチャップ 鶏ガラだし 塩
29 火	魚の塩麹漬焼き 小松菜の磯香あえ 野菜汁 果物	魚 豆腐 味噌	小松菜 もやし 人参 焼きのり 大根 人参 ごぼう 長ねぎ えのき茸		塩麹 醤油 だし汁
30 水	親子煮 大豆入り肉そぼろ 果物 みそ汁	鶏肉 鶏卵 大豆 豚肉 味噌 鷹節	玉ねぎ 人参 干椎茸 白滝 小松菜 生姜 果物	じゃが芋 車麩 油 砂糖	醤油 塩 だし汁 砂糖 酒
31 木	野菜のかき揚げ うどん汁 ごまふりかけ 果物	豚肉 油揚げ	玉ねぎ 人参 ごぼう インゲン 小松菜 えのき茸 長ねぎ	さつま芋 小麦粉 油 乾麺 ごま	酢 だし汁 みりん 塩 醤油



いつもは遠く離れている家族や親戚が家に集い、新しく迎えた年が良い年となるよう「1年間幸せに過ごせますように」との願いを込めて、おせち料理や雑煮でお祝いする。

地域や家庭によっておせち料理の形に違いがあっても、かつては、どこでも目にした光景でした。

しかし、今では、お正月の過ごし方が多様化し、また、元旦から開くスーパーや飲食店などにより、食事そのものも形式にとらわれることなく、その家庭によって様々になってきました。

おせち料理とは、お正月に食べる特別なものとして、もともと宮中の行事に由来したものとされ、後に民間に広がり、正月三箇日に振舞われるごちそうとして広く一般に伝えられてきました。

料理を重箱に詰めて重ねることで、「おめでたいことを重ねる」という願いが込められ、そこに詰められる料理の一つ一つにも深い意味があります。

例えば「数の子」、粒の多いにしんの卵には子孫繁栄を、「昆布巻き」はよろこぶに通じるとされ、その名前や形などから語呂を合わせて、豊かな暮らしや一族の繁栄を願う思いが料理の中に入められています。

このように、行事にまつわる食事は、米の豊作祈願や家族の健康祈願・成長祈願など、生きていくための知恵や願いを込めて意味づけられています。

こうした貴重な食文化を日本の良き伝統として、子どもたちに受け継いでいきたいと思います。

○紅白のかまぼこ

紅は魔よけ、白は清浄を表し、日本では、おめでたいことの組合せとして、古くから「紅白」が使われてきました。また、蒲鉾は半円形をしていて、日の出に似ていることから、新しい門出にふさわしいとされています。



○伊達巻

巻いてある形を書物に見立て、読み書きのしっかりできる賢い人に慣れるようにとの願いが込められています。

○黒豆

丈夫で健康に暮らせることを「まめに暮らす」ということから、家族そろって1年を無事に暮らせるように、また、元気で働けますようにという願いも込められています。

○きんとん

きんとんを金をつめたものという「金団」と当て字をして、金に恵まれることを意味し豊かな生活が送れるようにとの願が込められています。

☆赤字は翠松保育園の追加メニューです。

