

1月の献立

<目標> 食べ物を話題にできる子ども

 4 (火) すき焼き風煮 おひたし じゃがいものみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 ぱりんこ	5 (水) マーボー丼 ナムル えのきのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 雲の宿 (黒糖ミルク)	6 (木) 鶏肉の照り焼き 干草和え はくさいのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 アンパンマンビスケット	7 (金) たらの みそマヨネーズ 焼き 切干大根の炒め煮 なめこのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 白あんドーナツ	8 (土) さくら組保育参加 冬やさいかレー グリーンサラダ フルーツ <おやつ> 牛乳 手作りマフィン
10 (月) 成人の日 さばのみそ煮 ごまあえ だいこんのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 二色どら焼き	11 (火) ロールパン 鶏肉の味噌油揚げ イタリアンサラダ コーンスープ フルーツ <おやつ> 牛乳 ぼたぼた焼き	12 (水) 豚肉のしょうが焼き ほうれん草の コーンあえ もやしのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 ミルクココア 源氏パイ	13 (木) ほっけの甘塩焼き にんじんシリシリ 青菜のみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 手作りパウンドケーキ	14 (金) 肉じゃが おひたし えのきのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 白い風船
17 (月) キーマカレー コールスローサラダ フルーツ <おやつ> 牛乳 ビスコ (いちご)	18 (火) かじきまぐろの 竜田揚げ だいこんサラダ わかめのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 黒糖ケーキ	19 (水) 誕生会 豚丼 おひたし 油揚げのみそ汁 フルーツ <おやつ> お茶 ブチケーキ	20 (木) おにぎり day 松風焼き とんぶり入り おひたし わかめのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 玄米小丸	21 (金) サーモンの 甘塩焼き ポテトサラダ はくさいのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 アンパンマンビスケット
24 (月) 焼き肉 春雨サラダ なめこのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 コーンポタージュせん	25 (火) 白身魚フライ やさいのマヨあえ 豆腐のみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 白あんドーナツ	26 (水) しょうゆラーメン やさいソテー フルーツ <おやつ> 牛乳 カルシウムせん	27 (木) みそカツ ゆでやさい だいこんのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 星たべよ	28 (金) さばの カレー風味焼き 和風サラダ もやしのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 二色どら焼き
31 (月) チキンシチュー グリーンサラダ フルーツ <おやつ> 牛乳 じゃこ気分	2/1 (火) かじきまぐろの ケチャップあえ おひたし 油揚げのみそ汁 フルーツ <おやつ> 牛乳 黒糖ケーキ	どうしておせち料理をたべるの? 正月の行事食といえば、おせち料理ですが、もともとは五節句 (1月7日・3月3日・5月5日・7月7日・9月9日) に神に供えてからいただく「御節区 (おせちく)」が変化したものです。今では、正月料理のことだけを指すようになりました。また、おせち料理には、家族の健康や幸せを願う意味が込められています。		

★その日の給食材料により献立変更の場合もあります。

★アレルギーを持っている子、体調の悪い子には特別食を準備していますのでお知らせください。

★今月のアレルギー食は、卵・乳製品です。

(🥚)のマークは、卵を除去します。

(🥛)のマークは、乳製品を除去します。(牛乳・ミルクココアは麦茶で代用します)



給食だより

あけましておめでとうございます。昨年もコロナにより不安な日々を過ごしましたが、今年はどんな1年になっていくのでしょうか。かわいい子どもたちが笑顔でいられますように、健やかに成長してくれますようにと願いながら、安全でおいしく楽しい給食を提供することで応援していきます!!今年もどうぞよろしくお願いいたします。

郷土料理 めぐだまる 納豆汁

お正月に食べる汁物といえば全国的に雑煮が主流ですが、秋田県南の内陸部では納豆汁が定番の一つです。お正月に大鍋にたくさん作り、温め直しながら食べる習慣は今も残っています。寒さの厳しい冬の野菜不足を補うために地元で採れた保存の効く山菜や野菜をふんだんに入れた熱々の納豆汁は、子どもから大人までふうふうしながら食べます。納豆はすり鉢ですりつぶして入れますが、今はすりつぶしたものが市販されていて便利です。



11/30の給食で提供しました!



かぶ

旬の食材

別名「すすな」と呼ばれ、春の七草のひとつでもあります。大根と同じように根と葉の部分が食べられます。生で食べても甘味があり、漬物にも向いています。根の部分は葉と違って、煮込むと煮崩れしやすいので注意しましょう。逆にすぐ煮えるので時短になります。みそ汁やスープにしてもおいしいですし、シチューもおすすめです。給食では、サラダにして提供しています。辛味を感じたときは、軽く塩もみすると辛味が抜けます。

今日は何の日? 1月11日は... 塩の日

戦国時代、武田信玄が東海地方へ進出を企てたところ、それに怒った今川氏によって領地に塩が入らなくなりました。海に面していない甲斐の信玄は、ほとんど困ってしまいました。そのとき、長年のライバルである越後の上杉謙信が信玄に塩を送り、領地に塩が届いたのが永禄11年のこの日とされ、敵でも困っているときは助けるという意味の【敵に塩を送る】という言葉の由来にもなっています。

餅の食べ方に注意!!

もちや、日本の伝統的な食べ物です。のどに詰まらせると危ないと言って出さないのではなく、食べ方や与え方に注意しておいしくたべましょう。

子どもに与えるときの注意点

- ①小さくちぎる
- ②きな粉などをまぶして食べやすくする
- ③切れ込みを入れて焼く
- ④口に入れさせ過ぎない
- ⑤食べているときに目を離さない



12/8(水)
・サンドウィッチ
・タンポポーチキン
・イタリアンサラダ
・コンソメスープ
・りんご

今日の給食は ふわふわパンの サンドウィッチ!!

大きな口でパクッ!
「おいしい〜!」
パンの日は、
「おいしい笑顔」が
いっぱいです😊

気をつけて
食べようね















