

1月給食だより

2016.1
滑川市保育所給食献立作成会
教育委員会子ども課

ひ	ようび	3さいみまん		きゅうしょく				おやつ		
		みまんじおやつ	しゅしょく	こんだてめい	ないよう					
				からだをつくる(あか)	ちからのもと(き)	ちょうしをととのえる(みどり)				
4	げつ	ぎゅうにゅう おこさませんべい	ごはん	りんごカレー ふくじんづけ フルーツサラダ	ぶたにく ヨーグルト	じゃがいも	たまねぎ にんじん ふくじんづけ パナナ パイナップル	ミルク ルーペラ		
5	か	ぎゅうにゅう へムつくり ウエハス	ごはん	スクランブルエッグ こふきいも ミニトマト ワンタンスープ	たまご カットチーズ ぶたにく かまぼこ	ベーコン あおのり かまぼこ	じゃがいも ワンタン	たまねぎ グリーンピース ミニトマト ねぎ	ミルク まがりせんべい	
6	すい	ぎゅうにゅう りんご	ごはん	さかなのだれげ こまあえ みそしる	さかな にぼし	あつあげ	こむぎこ かたくりこ すりごま	キャベツ だいこん	ぎゅうにゅう カステラ	
7	もく	ぎゅうにゅう ビスコ	ごはん	マーボー豆腐 キャベツのサラダ トマト	もめんどうぶ ぶたひきにく		かたくりこ	ねぎ しいたけ にんじん	ココアミルク ブリッツ	
8	きん	ぎゅうにゅう えびせんべい	パン	やきそば たまごスープ みかん	ぶたにく たまご	やきそばめん かたくりこ	キャベツ ピーマン みかん	にんじん コーン こまつな	おちゃ ぜんざい	
9	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセイジ	ぎゅうにゅう まんがソーセイジ	パン	フルーツ		おちゃ クッキー	
12	か	ぎゅうにゅう ポーロ	ごはん	パンフキンシチュー ピーナツあえ シューマイ	とりにく シューマイ	ぎゅうにゅう	じゃがいも ピーナツ	かぼちゃ しいたけ もやし	たまねぎ コーン こまつな	ミルク カルシウム せんべい
13	すい	ぎゅうにゅう チーズキッス	ごはん	さかなのだつだあげ ブロッコリーのおひたし かみなりしる	さかな たまご あおのり もめんどうぶ		こむぎこ	ブロッコリー だいこん にんじん ねぎ しいたけ ごぼう	ミルク パナナ	
14	もく	ぎゅうにゅう こさかせんべい	ごはん	ちくぜんに なつどうあえ パイナップル	とりにく うすらたまご	さつまあげ なつどう	さといも	ごぼう いんげん パイナップル	ぎゅうにゅう ほしいも	
15	きん	ぎゅうにゅう みかん	パン	ちゃんぽんめん ブロッコリー ポイルワインナー	ぶたにく ワインナー	ちゅうかめん かたくりこ	もやし コーン	にんじん はくさい	たまねぎ ブロッコリー	ヨーグルト ジョイ ほしたべよ
16	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセイジ	ぎゅうにゅう まんがソーセイジ	パン	フルーツ		おちゃ クラッカー	
18	げつ	ぎゅうにゅう チーズクラッカー	ごはん	カレーにくじゃが だいすサラダ トマト	ぶたにく だいす ハム		じゃがいも	にんじん きゅうり たまねぎ コーン いんげん トマト	ぎゅうにゅう まるポーロ	
9	か	ぎゅうにゅう ウエハス	ごはん	やきざかな はくさいのりあえ のっぺいじる	さかな しらすほし やきどうぶ	やきのり とりにく にぼし	さといも かたくりこ	はくさい だいこん しいたけ	にんじん ごぼう ねぎ	ぎゅうにゅう いちごムース
20	すい	ぎゅうにゅう クッキー	ごはん	かきあげ しおきゅうり トマト すましじる	ワインナー たまご だしこんぶ	ミルク どうぶ かつおぶし	さつまいも こむぎこ こざいくふ	にんじん ごぼう えのき	たまねぎ きゅうり ピーマン トマト	ミルク みかん
21	もく	ぎゅうにゅう サブレ	ごはん	かにたま さざなみあえ みそしる	たまご さざなみ にぼし	かにみず あつあげ	かたくりこ	ねぎ コーン こまつな	しいたけ グリーンピース キャベツ	ココアミルク はいがスティック
22	きん	ぎゅうにゅう ももかん	パン	にくうどん やきめいりぎょうざ おかかあえ	ぶたにく だしこんぶ ぎょうざ	かまぼこ かつおぶし	うどん	にんじん ねぎ もやし	たまねぎ しいたけ	ミルク エビまんげつ
23	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセイジ	ぎゅうにゅう まんがソーセイジ	パン	フルーツ		おちゃ ビスケット	
25	げつ	ぎゅうにゅう ぶちせんべい	ごはん	さんまのマーマレード 甘酢和え さつま汁	さんま ぶたにく にぼし		さつまいも	キャベツ にんじん ねぎ	きゅうり たまねぎ みかんかん しめじ	ココアミルク クリケット
26	か	ぎゅうにゅう カルシウム あられ	ごはん	ひじきごはん どんかつあまからに ポイルキャベツ ミニトマト すましじる	ひじき ぶたにく あぶらあげ どうぶ たまご だしこんぶ かつおぶし		こむぎこ パンこ こざいくふ	キャベツ にんじん ミニトマト みつば	やさいジュース ケーキ	
27	すい	ぎゅうにゅう ひじきスティック	ごはん	かぶのクリームに おひたし にくだんご オレンジ	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう にくだんご		じゃがいも	たまねぎ ブロッコリー オレンジ	にんじん かぶ こまつな	ぎゅうにゅう れんこんのおやき

ひ	ようび	3さいみまん		きゅうしょく				おやつ	
		みまんじおやつ	しゅしょく	こんだてめい	ないよう				
				からだをつくる(あか)	ちからのもと(き)	ちょうしをととのえる(みどり)			
28	もく	ぎゅうにゅう こませんべい	ごはん	いりどうぶ あげごぼう ミニトマト みそしる	もめんどうぶ とりひきにく たまご わかめ にぼし	しらたき かたくりこ いりごま	しいたけ グリーンピース だいこん ねぎ	にんじん たまねぎ ミニトマト	ぎゅうにゅう りんご
29	きん	ぎゅうにゅう パナナ	パン	わふうツナスパゲティ コンクリームスープ ブロッコリー ミニトマト	ツナかん ぎゅうにゅう	スパゲティ	たまねぎ ピーマン ブロッコリー	にんじん コーン ミニトマト	ミルク つつりクッキー
30	ど		パン	パン ぎゅうにゅう フルーツ まんがソーセイジ	ぎゅうにゅう まんがソーセイジ	パン	フルーツ		おちゃ バームクーヘン

※各保育所(園)の状況により、土・日などの献立が変わることがあります。

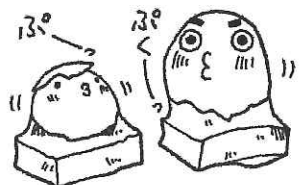


～新しい年のはじまりに～

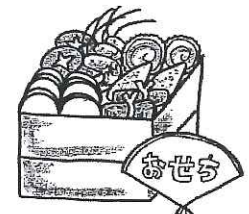
年末年始は日本の食文化に触れる機会が多いですね！
人々が育ててきた行事と行事食を子どもたちに大切に
伝えていきましょう。



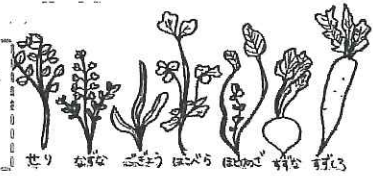
「ハレの日」ともち
「ハレの日」とは、年中行事や祭り、人生の節目などの儀式の日をいいます。
もちは神聖な食べ物として「ハレの日」に神様に供えたり、食べたりしてきました。
もちは、わたしたちの生活に古くから根付いている大切な食べ物です。



おせち料理
お正月に、大漁・豊作を願い、自然への恵みに感謝して食べた「節供料理」がおせち料理の始まりです。
重箱に詰める料理や素材は、子孫繁栄や豊作の祈願、無病息災などそれぞれが意味をもっています。



1月7日の朝に七草を入れたおかゆを食べると、一年病気をしないとされています。
お正月にごちそうで疲れた胃腸をいたわります。



お正月に家族円満を願って供えた鏡餅を
1月11日に食べる行事です。
縁を切ることがないように刃物を使わず、かなづちなどで割り開いてお汁粉や雑煮で食べます。

