

1月の給食だよ


すみれ乳児院 2016年1月1日発行




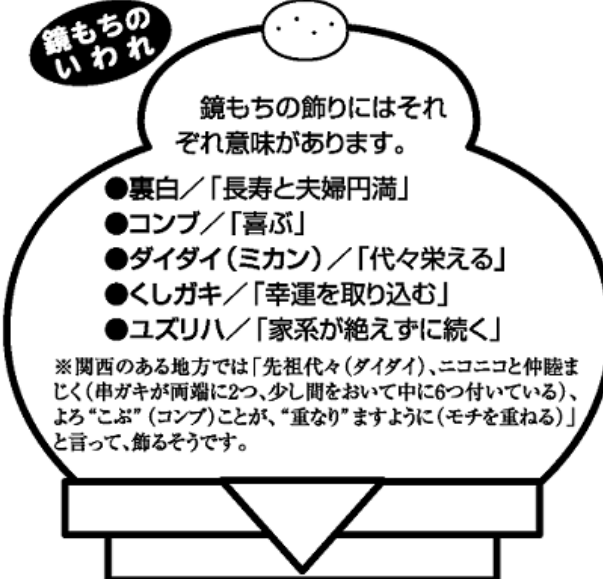
明けましておめでとうございます



まだまだ寒い日が続きます。お正月のごちそうで胃腸に負担がかかっている体には、七草粥のような温かくて優しい味の食事がぴったりです。子どもたちと美味しくいただきたいと思っています。今年も子どもたちが楽しい食生活を送れるように、給食部一同、力を合わせていきたいと思っています。どうぞ、よろしくお願いします。




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／「先々の見通しが明くように」
などなど。



鏡もちのいわれ

鏡もちの飾りにはそれぞれ意味があります。

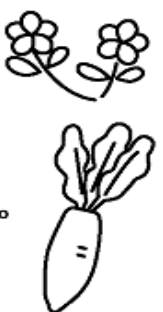
- 裏白／「長寿と夫婦円満」
- コンブ／「喜ぶ」
- ダイダイ(ミカン)／「代々栄える」
- くしがき／「幸運を取り込む」
- ユズリハ／「家系が絶えずに続く」

※関西のある地方では「先祖代々(ダイダイ)、ニコニコと仲睦まじく(串ガキが両端に2つ、少し間をおいて中に6つ付いている)、よろ“こぶ”(コンブ)ことが、“重なり”ますように(モチを重ねる)」と言って、飾るそうです。



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・ナスナ・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。



1月の食卓より

今日も元気に、「いただきます〜す！」年少クラス、ちゅうりっぷ組の子どもたちの食事風景です。午前の遊び時間を終えて、お腹を空かせた子どもたちは一斉に食事場所に集まります。それぞれスプーンや手を使って好きなように食べすすめます。少しくらいこぼしてもおかまいなし！おいしい食事タイムを楽しんでいます。小さい子たちは職員に手伝ってもらいながら食べます。口から食べ物がなくなると、「あ〜う〜！」と言いながら催促します。

食欲旺盛な子どもたち、たくさん食べて、寒い冬を乗り切りたいと思います。





1月 予定献立表

すみれ乳児院 2016年1月1日発行

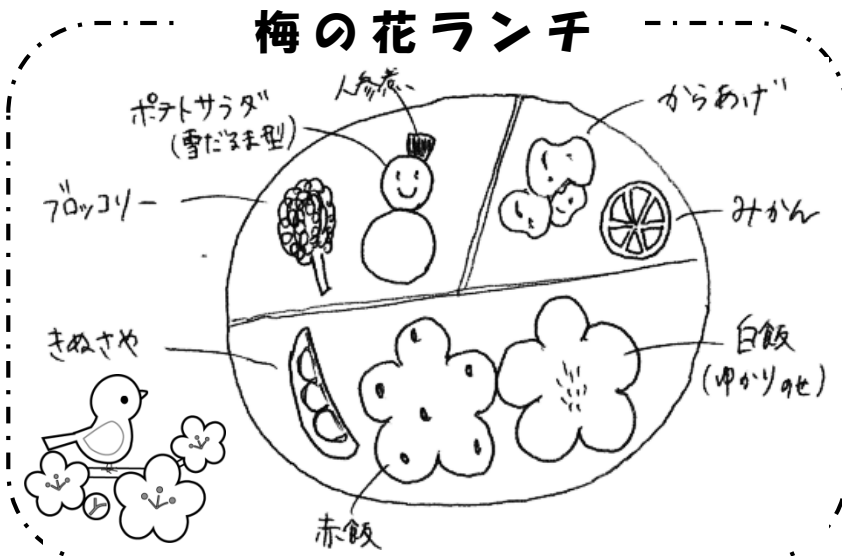


月日	曜日	朝食	昼食	間食	夕食
1日	(金)	パン・バナナ ウインナー・牛乳	寄せ鍋うどん おせち料理・みかん	菓子 牛乳	煮込みおじや かぼちゃのいとこ煮・りんご
2日	(土)	パン・バナナ・牛乳 ミートボール	温そうめん・大根の煮物 だて巻き・かまぼこ・みかん	菓子 ジュース	えびピラフ さつま芋とりんごのバター煮
3日	(日)	パン・バナナ ウインナー・牛乳	ご飯・すき焼き風煮・五目汁 だて巻・かまぼこ・みかん	菓子 牛乳	カレーライス ブロッコリーサラダ・りんご
4日 18日	(月)	パン・チーズ みかん缶詰 コーンポタージュ	ご飯・干草卵 切干大根の煮物 すまし汁・みかん	小倉ホットケーキ 牛乳	ご飯・麻婆豆腐 白菜の煮物 中華スープ
5日 19日	(火)	ご飯・ふりかけ ウインナー・みそ汁	豆乳クリームパスタ ジャーマンポテト・みかん	ヨーグルト お茶	ご飯・キャベツメンチ 大根煮・すまし汁・りんご
6日 20日	(水)	パン・バナナ ミートボール 牛乳	ご飯・牛肉のみそ焼き 里芋の煮物・すまし汁 みかん	ごぼうスティック 牛乳	ご飯・チャンプルー 納豆合え・みそ汁 りんご
7日 21日	(木)	パン・バナナ チーズ ミックスキャロット	七草がゆ・炒り鶏 みかん ※21日 豚の変わり焼き・炒り鶏	ピザトースト 牛乳	ご飯・鯖のみそ焼き 肉じゃが・すまし汁 りんご
8日 22日	(金)	ご飯・ふりかけ ウインナー みそ汁	きのこうどん さつま芋のミルク煮 みかん	ぼりぼりクッキー 牛乳	ご飯・豆腐ハンバーグ ひじきの煮物・みそ汁 りんご
9日 23日	(土)	炊き込みご飯 みそ汁・バナナ	ご飯・鶏の照り焼き ポテトきんぴら・すまし汁 みかん	さつま芋もち お茶	ご飯・擬製豆腐 水菜と牛肉煮 みそ汁・りんご
10日 24日	(日)	パン・バナナ ウインナー 牛乳	中華丼 ごぼう煮 みかん	菓子 牛乳	ご飯・シチュー マカロニサラダ りんご
11日 25日	(月)	パン・チーズ みかん缶詰 コーンポタージュ	カレーライス フルーツポンチ ※25日 ご飯・松風焼き・白菜煮	人参カップケーキ 牛乳	ご飯・レバーの甘煮 ブロッコリー炒め・みそ汁 りんご
12日 26日	(火)	ご飯・ふりかけ ウインナー みそ汁	焼きうどん 高野豆腐煮 みかん	ヨーグルト お茶	菜飯・ぶりの照り焼き 五目煮豆・豚汁 りんご
13日 27日	(水)	パン・バナナ ミートボール 牛乳	ご飯・ししゃも(白身魚)焼き きんぴらごぼう・すまし汁・みかん ※27日【誕生日食】梅の花ランチ	マカロニきな粉 牛乳	ご飯・ポークビーンズ キャベツ炒め コーンスープ・りんご
14日 28日	(木)	パン・バナナ チーズ ミックスキャロット	ピラフ・カボチャ煮 スープ みかん	麩のラスク 牛乳	手作りカレーライス フルーツヨーグルト
15日 29日	(金)	ご飯・ふりかけ ウインナー みそ汁	けんちんうどん カブの煮物 みかん	【行事食・小正月】 芋ぜんざい・お茶 29日: スイートポテト	ご飯・豚肉ときのご炒め ほうれん草の胡麻和え・すまし汁 りんご
16日 30日	(土)	炊き込みご飯 みそ汁・バナナ	ご飯・鯖のきじ焼き しのだ煮・すまし汁 みかん	青のりクラッカー 牛乳	ご飯・鶏つくね煮 大根の中華煮・スープ りんご
17日 31日	(日)	パン・バナナ ウインナー 牛乳	木の葉丼 なすのそぼろ煮	菓子 牛乳	チキンライス キャベツのスープ煮 りんご

1~3日の間食の
お菓子は、リフト前
の段ボール箱から
選んで下さい

果物は変更の可能性がります。

梅の花ランチ



1月の給食予定

- 1日: 行事食(お正月) おせち料理
- 7日: 行事食(人日の節句) 七草がゆ
- 15日: 行事食(小正月) 芋ぜんざい
- 27日: 誕生日食 梅の花ランチ

朝食パンのお買いもの

- 5日: Aグループ
- 12日: Bグループ
- 19日: Aグループ

