



# 1月の給食だより

## 年の初めに、願いを込めて

新年を迎え、新しい年への期待や抱負を立てられていると思います。1月には、おせち料理や七草粥・小正月のぜんざいといった、「幸せに」「病気をせず」「豊かに過ごせますように」との願いを込めた料理がたくさんあります。毎年、子ども達はおせちの中からそれぞれお気に入りの献立を探して食べており、硬いごまめをポリポリ食べている姿は大人も驚きを隠せません。今年も1年を通して子ども達の一生の健康と味覚を作るための食事作りを、職員一同で考えていきたいと思ひます。



## すみれ乳児院のおせち料理

&それぞれの料理の意味

### ごまめ(田作り)

五穀豊穣を願います。材料の片ロイワシを肥料に使い、田畑が豊作になったことが由来。



### かすのい

卵の数が多いことから子孫繁栄を願って。



### 栗きんとん

漢字で書くと金団。金のかたまりを意味し、金銀財宝に恵まれるように願います。



### 黒豆(乳児院では白花豆の甘煮)

一年中「まめ(まじめ)」に働き「まめ(健康的)」に暮らせるようにと願いを込めたもの。健康と長寿を願います。



### ごぼうのお煮しめ・紅白なます

ごぼうや大根、にんじんは根菜。「しつかり根を張り安定しますように」という意味があります。また、ごぼうは「細く長く幸せに」紅白なますは平和と平安、めでたさを表します。



### 酢れんこん

れんこんの穴のように見通しが良い一年を願います。



### 紅白かまぼこ

かまぼこの半月が日の出を模しています。一年の新しい門出を表します。



### だて巻き

巻き物(書物)に似た形から、知識が増えることを願う縁起物。



### 手綱こんにやく

太い綱で縁を結ぶ。家庭円満や良縁。



## ももグループ、12月の食卓より

子どもたちと一緒に蒸しパン作りをしました。職員が混ぜているのを「どうしたらいいの?」「早くやりたい」と準備の段階から作る気、満々の子もたちでした。

カップに生地を一人で流し込めると「ほらね、できたでしょ!」と自信たっぷりの表情の子もたち。おやつで自分たちが作った蒸しパンを食べてもっと食べたいと言っていました。





# 1月 予定献立表

すみれ乳児院 2020年 1月 1日発行



月日	曜日	朝食	昼食	間食	夕食
1日	(水)	炊き込みごはん みそ汁	【行事食・お正月】おせち料理 きのご雑炊・みかん	菓子 牛乳	ご飯、すき焼き 果物
2日	(木)	パン・みかん缶 野菜スープ	五目炊き込みご飯、鮭みそ だて巻き・かまぼこ、ウィンナー、みかん	菓子 牛乳	カレーライス フルーツポンチ
3日	(金)	ごはん・ふりかけ みそ汁	手巻き寿司、すまし汁 だて巻き かまぼこ、ウィンナー、みかん	菓子 牛乳	ご飯、雑煮風 さつまいも煮、果物
4日 18日	(土)	パン2種 バナナ 牛乳	にゅうめん レンコンきんぴら、果物	五平餅 お茶	ご飯、鶏つくね団子の煮物 大根の中華煮、すまし汁、果物
5日 19日	(日)	食パン チーズ・ツナ缶 ミックスキャロット	ご飯、マーボー高野豆腐 ピーマンソテー、みそ汁、果物	菓子 牛乳	豚丼 里芋の煮っころがし 果物
6日 20日	(月)	ごはん ふりかけ みそ汁	ご飯 鶏肉のホイール焼き ジャーマンポテト、すまし汁 果物	きなこトースト 牛乳	ご飯、ツナバーグ 筑前煮、みそ汁、果物
7日 21日	(火)	パン2種 バナナ 牛乳	ご飯、豚肉のもち米蒸し ふろふき大根、すまし汁 果物	ヨーグルト サターアングギー お茶	7日【行事食：人日の節句】 七草粥、サワラの梅照り焼き にんじんきんぴら、果物 21日 そうすい、サワラの梅照り焼き にんじんきんぴら、果物
8日 22日	(水)	炊き込みご飯 みそ汁	ご飯、鶏のみそマヨ焼き 豆苗炒め、すまし汁、果物	レーズンクッキー 牛乳	あんかけ焼きそば ワンタンスープ 果物
9日 23日	(木)	パン みかん缶 野菜スープ	ご飯、さばのきじ焼き 切干大根の煮物、みそ汁 果物	かるかん 牛乳	ご飯、メンチカツ 納豆和え、すまし汁、果物
10日 24日	(金)	ごはん ふりかけ みそ汁	ご飯、豚ハシの照り焼き チンゲン菜と卵の炒め物 すまし汁、果物	ごまブリッツ 牛乳	ご飯、牛肉と大根の甘辛炒め フライ風ポテト、みそ汁 果物
11日 25日	(土)	パン2種 バナナ 牛乳	ツナ和風パスタ かぼちゃの豆乳スープ煮 果物	11日【行事食：鏡開き】 きなこもち、お茶 25日 きなこおにぎり お茶	ご飯 カジキマグロの照り焼き かぶの洋風煮物、すまし汁 果物
12日 26日	(日)	食パン チーズ・ツナ缶 ミックスキャロット	ご飯、豚肉と青菜の炒め物 きんぴらごぼう、すまし汁 果物	菓子 牛乳	中華おこわ おでん 果物
13日 27日	(月)	ごはん ふりかけ みそ汁	ご飯、松風焼き ツナじゃが煮、すまし汁、果物	コーンマヨトースト 牛乳	エビのぬく寿司 牛肉と玉ねぎの炒め物 みそ汁、果物
14日 28日	(火)	パン2種 バナナ 牛乳	ご飯、鶏の照り焼き しのだ煮、みそ汁、果物	春巻きスイートポテト 牛乳	ご飯、ふりの西京焼き ナスと豚肉の煮物、すまし汁、果物
15日 29日	(水)	炊き込みご飯 みそ汁	ご飯、野菜たっぷり卵焼き にんじんグラッセ、すまし汁 果物	15日【行事食・小正月】 ぜんざい、お茶 29日 ヨーグルト 菓子、お茶	とんこつ風ラーメン 鶏手羽元の煮物 果物
16日 30日	(木)	パン みかん缶 野菜スープ	ご飯、肉豆腐、もやしのごま和え みそ汁、果物	ヨーグルト、菓子、お茶 30日 肉まん2種 牛乳	ご飯、さばのみそ煮 大豆とツナのおやき 貝だくさんみそ汁、果物
17日 31日	(金)	ごはん ふりかけ みそ汁	17日 【防災食】 缶詰を用いてホームで防災食作り 31日 2種の揚げ丼 豚汁、果物	17日【防災食】 菓子・牛乳 31日 しらすおにぎり お茶	ご飯、レバー入り煮込みハンバーグ 和風パスタサラダ かぼちゃポタージュ、果物

1日~3日、  
間食のお菓子は、お部屋に  
用意します。



## 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
- 11日：行事食（鏡開き）きなこもち      15日：行事食（小正月）ぜんざい

### 朝食のパン買い

22日 あおいろグループ