



# 1月の給食だよ



あけましておめでとうございます。乳児院でも1月は、おせち料理をはじめ、七草粥や小正月のぜんざいなど、お正月らしい、おめでたい料理が並びます。こうしたお料理にはそれぞれに「幸せに」「病気をせず」「豊かに暮らせますように」といった願いが込められていて、それぞれのいわれも楽しく感じます。今年も一年、子ども達がおいしくご飯を食べて、たくさん幸せを感じられるよう、職員一同はげみます。どうぞ、よろしく願いいたします。

## 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。



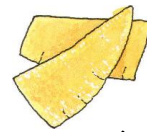
#### 栗きんとん

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。



#### かずのこ

卵の数が多いため、子孫繁栄を願って。



#### 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。



#### 酔れんこん

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。



## すずらんホーム 12月の食卓

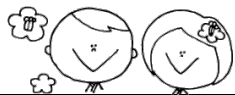
### ハヤシライスを作ったよ♪

じゅうじゅうとお肉、野菜の焼ける音  
ぐつぐつとお鍋の中で煮える音  
今日はホームのキッチンでハヤシライスを作る日です。お鍋の中のとってもいい匂いが、キッチンからお部屋までふわふわとやって来ます。

すずらんホームの子どもたちも「いいにおいする」「ぐつぐつ言ってるね」と興味しんしんです。

みんなでお手伝いして作ったハヤシライス  
とってもおいしそうに「おかわりちょうだいね!」とたくさん食べる子どもたちでした♪





# 1月 予定献立表

すみれ乳児院 2021年 1月 1日発行



月日	曜日	朝食	昼食	間食	夕食
1日	(金)	ごはん・ふりかけ みそ汁	【行事食・お正月】おせち料理 ぬく寿司、すまし汁、みかん	菓子 ジュース 	寄せ鍋 (ご飯、または雑炊) りんご
2日	(土)	パン・ヨーグルト バナナ・牛乳	ご飯、里芋ゆずみそ煮、鮭みそ だて巻き、かまぼこ、ウィンナー、みかん	菓子 ジュース 	肉そうめん 高野豆腐の煮物 りんご
3日	(日)	食パン・チーズ キャベツツナソテー ミックスキャロット	ご飯、だて巻き、かまぼこ、ウィンナー 鶏と焼き海苔の五目汁 さつま芋の甘煮、みかん	菓子 ジュース 	みそ煮込みおじや ツナじゃが煮 りんご
4日 18日	(月)	ごはん ふりかけ みそ汁	豚丼 かぼちゃのゴマ和え 果物	菜飯おにぎり お茶	4日：ご飯、おでん、果物 18日：ちらし寿司、すまし汁 里芋のゆずみそ煮、果物
5日 19日	(火)	パン2種 バナナ、牛乳	かやくご飯、鮭のつけ焼き さつま汁、果物	パウンド・ケーキ 牛乳	ご飯、クリームシチュー スパゲティサラダ、果物
6日 20日	(水)	ご飯 ふりかけ さつま芋みそ汁	ご飯、鶏のマーマレード照り焼き 白菜のしのだ煮 すまし汁、果物	ヨーグルト 菓子 お茶	みそラーメン 長芋の煮物 
7日 21日	(木)	パン みかん缶 スープ	7日【行事食・人日の節句】 七草粥、松風焼き、炒めなます、果物 21日：さつま芋ご飯、松風焼き 炒めなます、すまし汁、果物	五平もち お茶 	ご飯 白身魚のいそべ天ぷら、芋天 ほうれん草のおかか和え みそ汁、果物
8日 22日	(金)	ごはん ふりかけ 豆腐みそ汁	8日【防災食】煮込みおじや、果物缶 22日【防災食】レトルトフード みかん	カスタードプリン 牛乳	ご飯、さわらの梅煮 にんじんシリシリ みそ汁、果物
9日 23日	(土)	パン2種 ヨーグルト バナナ・牛乳	カレーうどん 高野豆腐の卵とじ 果物	揚げパン (きな粉) お茶	ご飯、マーボー豆腐 ナムル ワンタンスープ、果物
10日 24日	(日)	食パン・チーズ キャベツツナソテー ミックスキャロット	ご飯、さばのきじ焼き 筑前煮 すまし汁、果物	菓子 牛乳	ハヤシライス フルーツヨーグルト
11日 25日	(月)	ごはん ふりかけ 豆腐みそ汁	ご飯、炒り豆腐 大根のそぼろ煮 すまし汁、果物	クッキー 牛乳	ご飯 牛肉とポテトのホイル焼き 納豆和え、みそ汁、果物
12日 26日	(火)	パン2種 バナナ 牛乳	ご飯、豚のもち米蒸し キャベツの土佐煮 すまし汁、果物	うどん餃子 お茶 	ご飯、タラのチーズフライ 白菜サラダ みそ汁、果物
13日 27日	(水)	ご飯 ふりかけ さつま芋みそ汁	ご飯、肉豆腐 もやしと豆苗の炒め物 みそ汁、果物	ヨーグルト 菓子 お茶	かき揚げそうめん 卵の花の五目煮 果物
14日 28日	(木)	パン みかん缶 スープ	チャーハン チンゲン菜と豆腐の中華煮 スープ、果物	豆腐ホットケーキ 牛乳	ご飯、鮭のちゃんちゃん焼き かぶの煮物 すまし汁、果物
15日 29日	(金)	ごはん ふりかけ 豆腐みそ汁	ご飯、スコップコロッケ マカロニサラダ みそ汁、果物	【行事食・小正月】 ぜんざい お茶	ご飯、卵焼き ほうれん草のごま和え いわしのつみれ汁、果物
16日 30日	(土)	パン2種 ヨーグルト バナナ・牛乳	石狩うどん、 さつま芋のいとこ煮 果物	ミルクもち お茶	ご飯 レバーミートボールシチュー ゆで野菜スティック、果物
17日 31日	(日)	食パン・チーズ キャベツツナソテー ミックスキャロット	17日：ご飯、さわらの変わり西京焼き 大根の煮物、すまし汁、果物 31日：カレーライス、ゆで卵 ウィンナー、フルーツポンチ	菓子 牛乳	17日：みそ煮込みおじや ツナじゃが煮、果物 31日：ご飯、豚の変わり焼き 切干大根煮、すまし汁、果物

## 1月の行事食

- 1月1日 元日 昼食：おせち料理
- 1月7日 人日の節句 昼食：七草がゆ
- 1月8日 防災食 昼食：煮込みおじや、果物缶詰 (各ホームで被災時想定 of 献立を作ります)
- 1月15日 小正月 おやつ：ぜんざい
- 1月22日 防災食 昼食：レトルトフード (備蓄しているレトルトフードをあたためます)、みかん

