

令和 4年 1月

給食献立予定表

年間目標：一口目は野菜から食べよう
あしきた・まちのこども園



★ 1月の目標 ★

《行事食や郷土料理に親しもう》



あけましておめでとうございます。
今年も元気いっぱいの子どもたちに負けないう、おいしく楽しい食事を、心をこめて作っていききたいと思ひます。
寒さも本番となり、今月は感染症がはやりやすくなつてきます。手洗いうがいをしっかりと、食事をおいしく食べて、元気な体を作つていきましょう。

日	曜	10時のおやつ	昼食				3時のおやつ	
			主食(黄)		主菜(赤)	副菜(緑)		汁(白)
4	火	バナナ	麦飯	黒米五分づきご飯	チキンカレー	マカロニサラダ	コンソメスープ	紅茶クッキー
5	水	苺ゼリー	麦飯	五分づきご飯	魚のゴマ焼き	紅白なます	だご汁	くるくるポテト
6	木	マカロニきなこ	麦飯	雑穀五分づきご飯	いが蒸し	青菜の錦和え	春雨スープ	大根もち
7	金	粉ふきいも	麦飯	五分づきご飯	七草がゆ	おでん		スナツ麩
8	土	麦茶・肉うどん						
10	月	成人の日						
11	火	もも缶	麦飯	赤米五分づきご飯	イワシの生姜煮	卵の花サラダ	あおさと卵のみそ汁	ぜんざい
12	水	ジャムサンド	麦飯	五分づきご飯	れんこんバーグ	人参しりしり	ポテトスープ	野菜スティック
13	木	おやき	麦飯	雑穀五分づきご飯	五目卵焼き	ひじきの煮物	吉野汁	チーズ饅頭
14	金	ヨーグルト	麦飯	五分づきご飯	八宝菜	ブロッコリーの中華和え	わかめスープ	揚げパン
15	土	麦茶・白菜と鶏のそうめん汁						
17	月	チーズ	麦飯	五分づきご飯	肉豆腐	ほうれん草の卵とじ	さつまいものみそ汁	どら焼き
18	火	コンポート	麦飯	もちきび五分つきご飯	おからミートボール	豆まめサラダ	イタリアンスープ	五平餅
19	水	れんこんチップ	麦飯	五分つきご飯	魚の竜田揚げ	バラエティサラダ	つぼん汁	ココア蒸しパン
20	木	きんとん	麦飯	雑穀五分づきご飯	ジャージャー麺	チンジャオロース風	中華スープ	大豆のカルジャコ
21	金	バナナ	誕生会 たぬきおにぎり・からあげ・和風スパゲッティ・キャロットスープ				苺パフェ	
22	土	麦茶・すいとん						
24	月	みかん缶	麦飯	五分づきご飯	飛竜頭	ミルクソーサー	白菜のみそ汁	肉まん
25	火	パンケーキ	麦飯	黒米五分づきご飯	ヘルシーミートローフ	里芋のポテトサラダ	カブのスープ	くるみスコーン
26	水	豆乳もち	麦飯	五分づきご飯	さばの味噌煮	じゃが芋の金平	むらくも汁	アップルパイ風
27	木	ブロッコリー	麦飯	雑穀五分づきご飯	ごぼうと人参のかき揚げ	ゴマかぼちゃ	豚汁	のり塩ポップコーン
28	金	人参スティック	麦飯	五分づきご飯	鶏のマーメレード煮	かみかみサラダ	コーンチャウダー	きな粉玉
29	土	第46回 生活発表会						
31	月	パイン缶	麦飯	五分づきご飯	親子丼	三色和え	冬瓜汁	スガちゃんおにぎり



鏡開きで健康を祈る



鏡開きとはお正月にお供した鏡餅を、松の内が明けた1月11日にみんなで食べて健康をお祈りする行事といわれています(地方によっては日にちが異なります)。ちなみに、「開く」というのは「切る・割る」という意味です。餅を切ることは切腹のイメージがあることから「開く」の文字が使われるようになったという説があります。



21日(金)は誕生会です

※ 都合により、献立を変更する場合があります



牛乳



手作りおやつ