

1月給食だより

社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田保育所 H25・1月

	月	火	水	木	金	土
昼食		1 元旦	2	3	4 ごはん 栗入りけんちん汁 鶏のみぞれ和え 紅白なます	5 ごはん きのこの味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 金平れんこん
午前のおやつ (もも、つくし組)					焼きじゃが	季節のくだもの
午後のおやつ					炊き込みおむすび	のりおむすび
昼食	7 ごはん なめこの味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 白菜サラダ	8 ごはん 大根とさつま芋の味噌汁 鶏のくわ焼き もずくの酢の物	9 もち麦ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 魚のフレーク焼き 白和え	10 ごはん 白菜と厚揚げの味噌汁 焼きコロッケ 春雨の酢の物	11 ごはん 米粉麺のすまし汁 魚のごまみそ焼き 納豆和え	12 白菜丼 春雨のすまし汁 大根の酢の物
午前のおやつ (もも、つくし組)	季節のくだもの	南瓜の煮物	せんべい	枝豆・煮干しせんべい	さつま芋の煮物	黒豆煮
午後のおやつ	七草かゆ	赤飯おむすび	うどんきな粉	一口寿司	わかめおむすび	ゆかりおむすび
昼食	14 *成人の日*	15 ごはん かき玉汁 マーボー豆腐 ひじきの酢の物	16 うずめ飯 いわしのつみれ汁 白和え 黒豆煮	17 お弁当の日	18 ☆ごはん けんちん汁 魚の照り焼き かみかみサラダ	19 ごはん きのこの味噌汁 じゃがいものそぼろ煮 れんこん金平
午前のおやつ (もも、つくし組)		野菜チヂミ	ころころおむすび	せんべい	焼きじゃが	季節のくだもの
午後のおやつ		茶むすび	きな粉おむすび	炊き込みおむすび	大根おむすび	のりおむすび
昼食	21 ごはん 大根とさつま芋の味噌汁 魚の塩焼き 五目豆	22 カレーライス 3色串 大根サラダ 季節のくだもの	23 ★もち麦わかめ ごはん なめこ汁 鶏のからあげ 納豆和え	24 ごはん 白菜と厚揚げの味噌汁 厚焼き卵 白和え	25 ごはん そうめん汁 魚のごまみそ焼き 白菜サラダ	26 白菜丼 春雨のすまし汁 大根の酢の物
午前のおやつ (もも、つくし組)	南瓜の煮物	焼きじゃが	せんべい	枝豆・煮干しせんべい	さつま芋の煮物	黒豆煮
午後のおやつ	昆布おむすび	赤飯おむすび	うどんきな粉	わかめおむすび	一口寿司	ゆかりおむすび
昼食	28 ごはん かき玉汁 レパニラ炒め くらげ入り酢の物	29 ごはん はんぺんのすまし汁 マーボー豆腐 ひじきの酢の物	30 たきこみごはん 豆腐とわかめの味噌汁 黒豆煮 ほうれん草の菜種和え			
午前のおやつ (もも、つくし組)	ころころおむすび	野菜チヂミ	せんべい			
午後のおやつ	大根おむすび	茶むすび	きな粉おむすび			

★「お誕生会メニュー」 *都合により献立が変わる場合があります。

☆「かみかみ献立」

お正月に美味しいものを食べ、疲れた胃を休めるために七草かゆを食べます。せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろの七草です!!

冬(12月~3月)の旬の食材

大根・かぶ・ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・白菜・小松菜・水菜・ほうれんそう・せり・にら・ぶり・あまだい・あんこう・かに・たこ・たら・かれい
みかん・いよかん・りんご

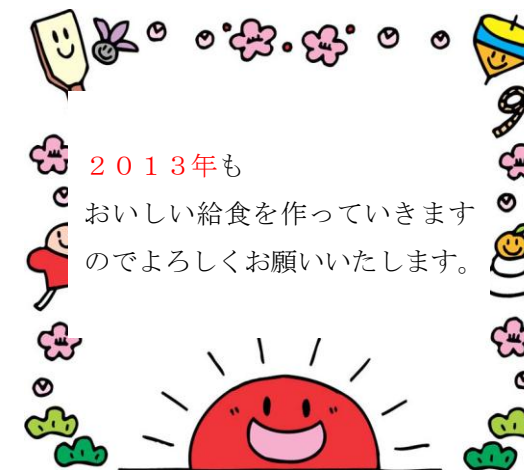
今月の献立中

豆腐・黒豆、白菜、大根、ねぎは真砂の食材です。

みんなでおいしく食べています。

朝の時間に、その日に使う食材を

子どもたちに見せています。見て、触って、5感で感じてほしいと思っています。



2013年も

おいしい給食を作っていきますのでよろしくお願ひいたします。



クリスマスケーキ作り



さくら組子どもたちが

楽しそうに作っていましたよ!

今回は、保護者のお手伝い参加もありました!

おやつ時間にみんなで食べました。