



1月 給食だよ!



社会福祉法人ほほえみ福祉会 吉田こども園 H29・1月

曜日	月	火	水	木	金	土
日	2	3	4	5	6	7
汁	人数に応じて 献立をたてます!		5分づきご飯・お茶 かきたま汁 鶏のくわ焼き 納豆和え	5分づきご飯・お茶 豚汁 魚の梅焼き 大根の酢の物	5分づきご飯・お茶 大根の味噌汁 真砂揚げ もやしの酢の物	そばろ丼・お茶 厚揚げの味噌汁 ブロッコリーの和え物 漬物
副菜			焼き芋	ころころおむすび	黒豆煮	ころころおむすび
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)			茶むすび	いなりおむすび	七草粥	ゆかりおむすび
午後						
日	9	10	11	12	13	14
汁	成人の日		5分づきご飯・お茶 豆腐の味噌汁 魚の西京焼き きゃべつのゆかり和え	5分づきご飯・お茶 白菜の味噌汁 五目豆 かぶの酢の物	どんと焼き さつま芋の味噌汁 魚の塩焼き 白和え	5分づきご飯・お茶 寄せ鍋風汁 煮魚 きゃべつの酢の物
主菜			ころころおむすび	南瓜の煮物	ころころおむすび	煮干しせんべい
副菜			焼きじゃが	かりかりせんべい	きな粉おむすび	のりおむすび
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)						
午後						
日	16	17	18	19	20	21
汁	5分づきご飯・お茶 大根の味噌汁 真砂揚げ もやしの酢の物	5分づきご飯・お茶 すまし汁 大根と豚肉の味噌煮 白菜の酢の物	納豆ご飯・お茶 わかめの味噌汁 魚の照り焼き ひじきの酢の物	5分づきご飯・お茶 豚汁 魚の梅焼き 大根の酢の物	5分づきご飯・お茶 かきたま汁 鶏のくわ焼き 納豆和え	そばろ丼・お茶 厚揚げの味噌汁 ブロッコリーの和え物 漬物
主菜		ころころおむすび	焼き芋	ころころおむすび	黒豆煮	ころころおむすび
副菜		ぜんざい	茶むすび	いなりおむすび	焼き南瓜	ゆかりおむすび
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)						
午後						
日	23	24	25	26	27	28
汁	5分づきご飯・お茶 白菜の味噌汁 五目豆 かぶの酢の物	5分づきご飯・お茶 豆腐の味噌汁 魚の西京焼き きゃべつのゆかり和え	5分づきご飯・お茶 なめこ汁 厚焼き卵 切干大根の煮物	5分づきご飯・お茶 さつま芋の味噌汁 ホンモロコのから揚げ 白和え	5分づきご飯・お茶 けんちん汁 豆腐の味噌煮 ほうれん草の磯香和え	もちつき会 寄せ鍋風汁 きゃべつの酢の物 みかん
主菜		ころころおむすび	南瓜の煮物	ころころおむすび	ころころおむすび	煮干しせんべい
副菜		焼きじゃが	きな粉おむすび	寿司おむすび	かりかりせんべい	のりおむすび
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)						
午後						
日	30	31				
汁	納豆ごはん・お茶 わかめの味噌汁 魚の照り焼き ひじきの酢の物	5分づきご飯・お茶 すまし汁 大根と豚肉の味噌煮 白菜の酢の物				
主菜		焼き芋				
副菜		みたらし団子				
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)						
午後						

ホンモロコ

ホンモロコがおいしい季節になりました!
調理する前に子どもたちに見せに行くと、みんな興味深々でホンモロコの周りに集まってきましたよ(*^_^*)
から揚げにすると、みんないつも喜んで食べています♪



ごはんは5分づき米です。園に精米機があるので使う都度精米しています。

★「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。

献立について

益田では、25年度より学校給食と連携し、保育園から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みを実施しています。

今月の連携献立は、「大根と豚肉の味噌煮」です。益田の大根をたっぷりを使い、味噌で味付けした田舎料理です。

こども園では17日と31日に、学校給食では1月中に登場します。お楽しみに!



お正月においしい物を食べ、疲れた胃を休めるために七草粥を食べます。

せり・なすな・ごぎょう・はこべら
・ほとけのざ・すすな・すすしろ
の七草です!

