



- The News Restaurant Milanese PSYHOUI -
中央保育園 西方寺 認定こども園 献立予定表 [ミラネーゼ]



1月

日	曜	行事	未満児朝おやつ	昼食(副食)	3時のおやつ
1	土	元旦	  		
2	日				
3	月				
4	火	保育始め	牛乳 ビスケット	松風焼き 煮なます すまし汁 きんとん 田作り	牛乳 紅白蒸しパン
5	水		牛乳 クラッカー	鶏じゃが 春雨の酢の物 みそ汁	牛乳 マカロニあべかわ
6	木		牛乳 せんべい	魚の竜田揚げ 大根サラダ みそ汁	牛乳 りんごケーキ
7	金	七草	牛乳 ウエハース	鶏の照り焼き きんぴらごぼう みそ汁	お茶 七草がゆ 漬け物
8	土	どんどや	牛乳 ひねり揚げ	おもちを持たせてください。	果汁 パン
9	日			※未満児さんのご飯を食べます。	
10	月	成人の日			
11	火		牛乳 小魚チップ	厚焼き玉子 切干大根煮 すまし汁	お茶 みかん せんべい
12	水		牛乳 パナナ	けんちん汁 野菜のおかか和え 手作りふりかけ	牛乳 豆腐入りきなこ団子
13	木		牛乳 おさつステック	三色丼 れんこんきんぴら みそ汁	牛乳 たこ焼き風ポテト
14	金		牛乳 ビスケット	魚のみそ焼き 白和え みそ汁	牛乳 スコーン
15	土		牛乳 サブレ	ちゃんぽん ご飯 ふりかけ	牛乳 動物ビスケット
16	日				
17	月		牛乳 加ゆみせんべい	麻婆豆腐 中華春雨サラダ コーンスープ	牛乳 蒸しパン
18	火		牛乳 動物ぼうろ	魚のフライ 野菜サラダ みそ汁	牛乳 ぜんざい
19	水		牛乳 野菜バー	ピピンバ丼 ナムル 中華スープ	牛乳 黒糖大豆 いりこ
20	木	予行練習	牛乳 ビスケット	シチュー ツナサラダ 手作りふりかけ	お茶 チーズ 黒棒
21	金	お誕生会	牛乳 せんべい	お楽しみに・・・♪	牛乳 ケーキ
22	土		牛乳 クラッカー	炊き込みごはん 具だくさんみそ汁	果汁 サッポロポテト
23	日				
24	月		牛乳 クッキー	タイピーエン 大根サラダ 納豆	牛乳 クッキー
25	火		牛乳 せんべい	魚のマヨみそ焼き 春雨の酢の物 みそ汁	牛乳 ピザトースト
26	水	予行練習	牛乳 サブレ	親子丼 キャベツサラダ 漬け物	お茶 ヨーグルト パナナ
27	木		牛乳 小魚チップ	中華風照り焼き パンパッザ-サラダ コーンスープ	牛乳 豆腐パン
28	金		牛乳 野菜クラッカー	豚丼 ひじきサラダ みそ汁	牛乳 いきなり団子
29	土		牛乳 ビスケット	五目ごはん みそ汁 漬け物	スポロン おにぎりせんべい
30	日				
31	月		牛乳 せんべい	鶏のバーベキューソース ポテトサラダ みそ汁	牛乳 ももケーキ
ごっくん期 (5~6ヶ月)			もぐもぐ期 (7~8ヶ月)		かみかみ期 (9~11ヶ月)
やわらかく煮てすりつぶしたもの			舌でつぶせる豆腐のかたさ		歯茎でつぶせるかたさ

※離乳食はお子様の進み具合に合わせておかず、おかゆ等に調理します。

※朝おやつは、3歳未満児のみです。※お誕生会もお箸とスプーンを使います。



給食だより

1月号

担当 宮本景子

今月の食育目標

- サイホージ・・・食べ物を大切にし、感謝の気持ちを持つ。
- トーキョー・・・様々な食材を進んで食べる。
- ニューヨーク・・・食事の手伝いをする。
- ロンドン・・・食べ終わった食器を片付ける練習をする。
- パリ・・・食材をスプーンで集め、自分で最後まで食べる。

いもほり



バスに乗って芋ほりへ行ってきました。大きなお芋や小さいお芋があり、みんな泥んこになって芋をさがしていました(^_^)



ブロッコリー

アブラナ科の野菜で、食用とされるのは花になる前のつぼみ（花蕾（からい））です。国内では晩秋から 3 月にかけて収穫され

ます。風邪予防に効果があるといわれるビタミン C が豊富で、妊娠前後の女性に必要な葉酸も含まれています。くせがなく、温かいシチューやスープの具にもよく合います。



お正月のお節料理

お節料理は重ねた重箱に詰めるのが一般的ですが、「幸せを重ねる」という意味があります。正式な段数は四段で、それぞれの段に詰めるものが決まっています。



黒豆は「マメ（達者）によく働けるように」、数の子は「子孫繁栄」など一つひとつの料理にも意味やいわれがあります。