



給食だより

1月号

担当 集 ひかり

今月の食育目標

サイホージ・・・基本的食習慣・マナーを確立する。

トーキョー・・・よく噛んで食事をする。

ニューヨーク・・・食器、食具を正しく使って食べる。

ロンドン・・・好き嫌いせず食べる。

パリ・・・食事量を一人ひとり調節し、最後まで食べきる満足感を味わう。



もちつき

子ども達は自分の歳の数だけぺたん！ぺたん！と頑張ってついていました♪
保護者の皆さまのご参加、お手伝いありがとうございました。(^^)/



★ お正月を食育の時間に ★

食材の買い物に出かけたり、食卓をみんなで囲んだりするお正月は、子どもが食にふれる絶好の機会です。この時季にしかお店に並ばない食材を選んだり、配膳をしたりと、お手伝いの機会にもなります。お子さんと一緒にお正月の食卓を彩ってみてはいかがでしょうか。



お節料理の意味を知ろう

お節料理には、様々な意味が込められています。

数の子=子孫繁栄

黒豆=まめに暮らせるように

かまぼこ=日の出を表す

昆布巻き=「よろこぶ」の縁起もの

エビ=腰が曲がるほど、長生きするように



1月の給食献立予定表

- The News Restaurant Milanese PSYHOUII -

中央保育園 西方寺 認定こども園 [ミラネーゼ]



月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
			牛乳 ビスケット	牛乳 クラッカー	牛乳 せんべい
元日 	お休み 	お休み 	親子丼 五目きんぴら りんご	七分つきご飯 鶏のねぎみそ焼き 野菜のごま和え すまし汁	どんどや お餅を持ってきてね! 
			牛乳 蒸しパン	牛乳 かぼちゃケーキ	果汁 ワッフル
8	9	10	11	12	13
	牛乳 ウエハース	牛乳 サブレ	牛乳 えびチップ	牛乳 野菜バー	牛乳 ビスケット
成人の日 	七分つきご飯 白菜シチュー ツナサラダ 手作りふりかけ	七分つきご飯 魚の竜田揚げ 酢の物 みそ汁	七分つきご飯 松風焼き きんぴらごぼう みそ汁	七分つきご飯 キーマカレー スパゲティサラダ コンソメスープ	みそうどん バナナ
	牛乳 まんじゅう	お茶 せんべい ヨーグルト	牛乳 ジャムサンド	牛乳 カルシウムラスク	牛乳 ベジたべる
15	16	17	18	19	20
牛乳 かりんとう	牛乳 せんべい	牛乳 ロールパン	牛乳 クラッカー	牛乳 丸ぼうろ	牛乳 ビスケット
七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯	チキンカレー	五目チャーハン
五目ビーフン	すり身揚げ	魚の西京焼き	鶏のみぞれ煮	コールスローサラダ	みそ汁
たまごスープ	大根サラダ	れんこんきんぴら	ブロッコリーサラダ	福神漬	
手作りふりかけ	みそ汁	すまし汁	にゅうめん	りんご	
牛乳 マカロニあべかわ	牛乳 にんじんケーキ	牛乳 黒棒 チーズ	牛乳 グラノーラクッキー	牛乳 きな粉あげパン	牛乳 ドーナツ
22	23	24	25	26	27
牛乳 小魚チップ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 クラッカー	牛乳 サブレ	牛乳 ウエハース	牛乳 せんべい
七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯		炊き込みごはん
タイビーエン	鶏の香味焼き	かぼちゃコロッケ	魚の照り焼き	お誕生会	みそ汁
切干大根煮	にんじんしりしり	野菜サラダ	かぼちゃの煮物	お楽しみに・・・♪	
バナナ	みそ汁	みそ汁	みそ汁		
牛乳 蒸しパン	牛乳 肉まん風	お茶 ヨーグルト ビスケット	牛乳 かりかりいりこ りんご	牛乳 ケーキ	牛乳 カステラ
29	30	31	1月の予定		
牛乳 ひねりあげ	牛乳 牛乳バー	牛乳 スティックパン	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>4日 保育始め 6日 どんどや 8日 成人の日 26日 お誕生会</p>   </div>		
七分つきご飯	七分つきご飯	七分つきご飯			
魚のタルタル焼き	炒り鶏	てまり揚げ			
おかか和え	中華サラダ	野菜の塩昆布和え			
納豆	かきたま汁	みそ汁			
牛乳 豆乳もち	牛乳 マーラカオ	牛乳 バナナ せんべい	3時のおやつ		

- ※ 朝おやつは、パリ・ロンドンクラスのみです。
- ※ 離乳食はお子様の進み具合に合わせて調理します。
- ※ お箸・スプーンを持たせてください。