

1

月

きゅう
しよく
だより

令和8年1月1日発行

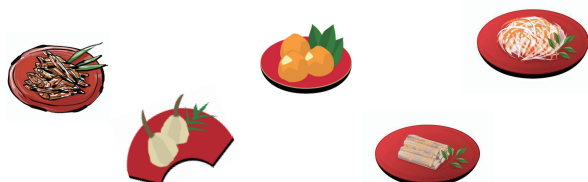


目 標

伝統料理を味わう

あけましておめでとうございます。
新たな年の始まりです。何をするにも“健康”が一番です。
毎日の食事作りを通し、少しずつ食の大切さを伝え、
子供達と一緒に笑顔で一年を過ごしていきたいです。

1月は伝統的な食文化に触れる機会が多くあります。
園では昔から日本に伝わる伝統的な食文化に、興味関心が持てるように、給食を通してさまざまな料理を子供達に伝えていきます。



1月の食の行事

- ・お節料理
松風焼き、栗きんとん、ぶりの照り焼き、田作り、黒豆、七福なます、筑前煮、などを献立の中に入れ、由来を伝えていきます。
- ・七草(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)
七草そろわなくても、身近にある大根やかぶの葉、小松菜などを入れ、お粥にして胃と腸を休めます。園では、七草雑炊にして7日の献立に取り入れます。
- ・鏡開き(1月11日)
園内にお供えしたお餅を、1月9日(金)ぜんざいにさせていただきます。
- ・ふる里鯖江の日(1月15日)
ふる里鯖江の日にちなんで、『まなべ汁』を取り入れます。
- ・みそ作り
ぞう組の子供達と園で使う味噌を仕込みます。

手作りみそ一緒に作りませんか

地場産の大豆、こうじを使って、手作りみそを作ります。
1月31日(土)、2月7日(土)に行います。
参加ご希望の方は、玄関に申込用紙を置きますので、
記入して給食室に提出してください。



月曜日		* 火曜日		* 水曜日		* 木曜日		* 金曜日		* 土曜日	
★印は手作りおやつの日です。 ※旬の果物を週に1〜2回使用しています。 ※カレーの日は、3歳以上児のお子さんも、スプーンをお持ちください。 ※年齢や行事等により、食材やメニューが、一部変更する場合があります。ご了承ください。				<div>ごはんの日 (ごはんはいりません)</div>		1 元日		2 お休み		3 お休み	
5 保育開始 ・肉じゃが ・ビーフンサラダ ・昆布の佃煮	6 ・ぶりの照り焼き ・七福なます ・白玉麴のみそ汁	7 七草  ・七草雑炊 ・松風焼き ・田作り	8 ・鶏の唐揚げ ・青菜と春雨の和え物 ・豆腐のみそ汁	9 ・魚のフライ ・大根サラダ ・ほうれん草のすまし汁 ・糠漬け ★ぜんざい	10 お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください)						
12 成人の日	13 ・魚のごま焼き ・青菜と切干し大根の和え物 ・わかめのすまし汁 ★栗きんとん(3歳未満児)	14  しんよこえカレー ・ブロッコリーと大豆のサラダ ・りんご	15 ふる里鯖江の日 ・まなべ汁  おにぎり弁当の日 ★栗きんとん(3歳以上児)	16 ・がんもと大根の煮物 ・わかめともやしのナムル ・きなこ	17 午後の保育は お休みします						
19 ・魚の唐揚げ ・青菜と白菜の和え物 ・にゅうめん汁 ★車麴のかりんとう(3歳未満児)	20 大寒 ・鮭の豆乳シチュー ・ブロッコリーの酢の物 ・たくあん	21  ・蓮根と人参のごはん ・白菜のみそ汁 ・糠漬け	22 ・筑前煮 ・餅麴のすまし汁 ・いよかん ★車麴のかりんとう(3歳以上児)	23 ・かれいの塩焼き ・菜花と人参のごま和え ・かぶのみそ汁 ・黒豆	24 午後の保育は お休みします						
26 ・白身魚のケチャップあんかけ ・蒸し野菜 ・玉ねぎのすまし汁	27 ・冬野菜のポトフ ・ほうれん草の白和え ・みかん	28  ・五目炊き込みごはん ・大根としいたけのみそ汁 ・たくあん	29 ・魚の塩麹焼き ・白菜の梅おかか和え ・きのこのすまし汁	30 ・豚カツ ・ポテトサラダ ・切干し大根のみそ汁	31 お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください)						