



あけましておめでとうございます

今日からまた一つの生活が始まります。生活のリズムがくずれると、風邪をひきやすくなります。早寝、早起きをして、朝ごはんをしっかり食べて登園できるように、リズムを整えていきましょう。

1月の給食は、様々な行事食メニューを離乳食にアレンジして出します。日本の伝統的な行事や食文化も大切に伝えていきたいですね。

【正月】

ぶりの照り焼き→白身魚の照り焼き  
七福なます→大根とあげのやわらか煮

きんとん

【人日の節句】

七草がゆ

【鏡開き】

ぜんざい→おはぎ

【天神講】

カラスガレイの塩焼き

# 1がつ こりすぐみのこんだて



R8.1.5 認定こども園しんよこえ

げつ	か	すい	もく	きん
		※行事、材料の都合により一部献立を変更する場合があります。ご了承下さい。 ※月齢や個人差に合わせて、形状を変更しています。	1日 お 休 み	2日 お 休 み
5日	6日	7日	8日	9日
・鶏じやが ・キャベツとしらすの煮浸し ・ふのすまし汁	・白身魚の照り焼き ・大根とあげのやわらか煮 ・なめこのみそ汁	・七草がゆ ・松風焼き ・かぶのすまし汁	・鶏肉とにんじんのくず煮 ・青菜と春雨の和え物 ・豆腐のみそ汁	・白身魚のパン粉焼き ・大根と人参のおかか煮 ・たまねぎのみそ汁 ・おはぎ
12日  成 人 の 日	13日	14日	15日	16日
	・鮭のあおのり焼き ・青菜と切干大根の柔らか煮 ・わかめのすまし汁 ・きんとん	・鶏肉とじやが芋のみそ煮 ・ブロッコリーと刻み大豆の和え物 ・豆腐のすまし汁	・魚とかぶの蒸し煮 ・さつま芋とにんじんの炒め煮 ・白菜とうす揚げのみそ汁	・高野豆腐と大根の煮物 ・青菜ともやしの和え物 ・わかめのすまし汁
19日	20日	21日	22日	23日
・魚のとにんじんの蒸し焼き ・青菜と白菜のおかか煮 ・にゅうめん汁	・じゃが芋と鮭の豆乳煮 ・茹でブロッコリー ・かぶとわかめのすまし汁	・野菜入りハンバーグ ・さつま芋とひじきの煮物 ・白菜のみそ汁	・鶏肉と大根の煮物 ・青菜のおひたし ・茹でじゃが芋 ・ふのすまし汁	・カラスガレイの塩焼き ・菜花とうすあげの煮物 ・かぶとなめこのみそ汁
26日	27日	28日	29日	30日
・白身魚のケチャップあんかけ ・茹で野菜 ・たまねぎのすまし汁	・冬野菜のポトフ風煮物 ・ほうれん草のみそ和え ・豆腐のすまし汁	・厚揚げのとりそぼろ煮 ・ブロッコリーのおかか和え ・大根としいたけのすまし汁	・魚の塩麹焼き ・白菜と青菜のおかか和え ・茹でさつま芋 ・きのこのすまし汁	・鶏ささみと人参の蒸し煮 ・じゃが芋と切干大根のやわらか煮 ・豆腐とわかめのみそ汁