

1

月

きゅう だより

しよく



令和4年1月1日発行



目標

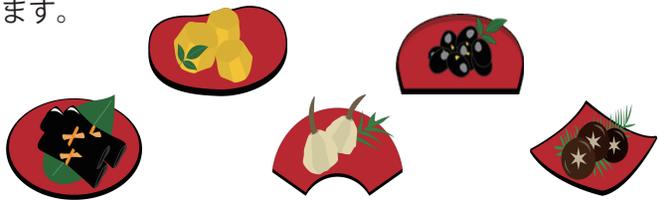
伝統料理を味わう



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。何をすることも“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
 きんとん、ぶりの照り焼き、田作り、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。
- ・鏡開き(1月11日)
 園内にお供えしたお餅をぜんざいにしていただきます。
- ・ふる里鯖江の日(1月15日)
 園では14日に、地場産の食材を使用した郷土料理を献立に取り入れます。
- ・みそ作り(1月28日)
 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29日(土)・2月5日(土)午前9時から午後2時を予定しています。
 参加ご希望の方は、玄関に置いてある用紙に記入し、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
3 お休み	4 お休み	5 保育開始 ・しんよこえカレー ・切干し大根の和え物 ・りんご	6 ・鱈の照焼き ・青菜と大豆の和え物 ・にゅうめん汁 ・昆布の佃煮	7 七草 ・七草雑炊 ・のし鶏 ・茹で野菜 ・田作り ★栗入りどら焼き(3歳以上児)	1 元日
10 成人の日	11 鏡開き ・豚カツ ・ブロッコリーとさつまいもの和え物 ・大根のすまし汁 ★ぜんざい・みかん	12 ・蓮根と人参のごはん ・小松菜とささみの胡麻和え ・なめこのみそ汁	13 おにぎり弁当の日 ★さつまいものきんとん黒豆のせ(3歳以上児)	14 ・鱈の塩焼き ・こじわり大根 ・茹でブロッコリー ・まなべ汁	15 ふる里鯖江の日 お弁当(おかずを忘れずに持参ください)
17 ・肉じゃが ・キャベツとワカメの酢の物 ・きなこ ★さつまいものきんとん(3歳未満児)	18 ・魚の唐揚げ ・さつまいもと切り昆布の和え物 ・白菜のすまし汁	19 ・厚あげごはん ・白菜と柿の即席漬け ・じゃが芋のみそ汁	20 大寒 ・魚の幽庵焼き ・里芋の唐あげ ・茹でブロッコリー ・ワカメと麩のすまし汁 ★セルフおにぎり	21 ・筑前煮 ・きのこのみそ汁 ・りんご	22 同上
24 ・がんもと大根の煮物 ・ピーマンサラダ ・いよかん ★どら焼き(3歳未満児)	25 天神講 ・鱈の塩焼き ・青菜と大根の和え物 ・焼きさつまいも ・豆腐のみそ汁	26 ・鶏ごぼうごはん ・七福なます ・もち麩入りすまし汁	27 ・豆乳グラタン ・ブロッコリーと人参の和え物 ・かぶのスープ	28 ・魚のみそ煮 ・青菜の白和え ・大根のすまし汁	29 同上 みそ作り(希望者)
31 ・豚すき ・かぶとりんご ・ワカメの酢の物 ・大根葉のいりいり		ごはんの日 (ごはんはいりません)		★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。	