



# 1がつ こりすぐみのこんだて



あけましておめでとうございます

R5.1.5 認定こども園しんよこえ

今日からまたいつも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→大根と人参の炒め煮  
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

げつ	か	すい	もく	きん
			<b>5日</b> ・鶏肉じゃが ・青菜のお浸し ・豆腐のみそ汁	<b>6日</b> ・七草がゆ ・のしどり ・茹で野菜 ・大根のすまし汁
<b>9日</b>  <b>成人の日</b>	<b>10日</b> ・白身魚の照り焼き ・青菜と白菜のごま和え ・にゅう麺汁 ☆おはぎ	<b>11日</b> ・さつまいもとちりめんの お焼き ・大根とうすあげの煮物 ・白菜のみそ汁	<b>12日</b> ・鶏団子の煮物 ・いんげんのおかか和え ・キャベツのスープ ☆きんとん	<b>13日</b> ・鮭のムニエル ・焼きじゃが ・わかめと麩のすまし汁
<b>16日</b> ・白身魚とブロッコリーの 豆乳煮 ・野菜スープ	<b>17日</b> ・大根と鶏肉の煮物 ・青菜のおかか煮 ・きのこのすまし汁	<b>18日</b> ・厚揚げとかぶのひき肉あん ・白菜のごま和え ・じゃが芋のみそ汁	<b>19日</b> ・鮭のホイル焼き ・青菜の白和え ・大根のすまし汁	<b>20日</b> ・冬野菜の煮物 ・キャベツの赤しそ和え ・わかめのみそ汁
<b>23日</b> ・鶏の照り焼き ・ブロッコリーとさつまいもの 和え物 ・大根のスープ	<b>24日</b> ・カレーの塩焼き ・青菜と蓮根の和え物 ・白菜のみそ汁	<b>25日</b> ・かぼちゃのそぼろに ・大根と人参の炒め煮 ・白玉麩のすまし汁	<b>26日</b> ・鶏ささみのうすくずあん ・青菜ときこののり和え ・豆腐のみそ汁	<b>27日</b> ・大根と厚揚げの煮物 ・ゆでブロッコリー ・キャベツのみそ汁
<b>30日</b> ・白身魚の蒸し焼き ・焼きかぼちゃ ・青菜のおひたし ・豆腐のみそ汁	<b>31日</b> ・鱈とじゃがいもの煮物 ・ブロッコリーのごま和え ・かぶのスープ	* 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。 ご了承ください。		

