



1がっ 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

R6.1.5 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

げっ	か	すい	もく	きん
1日 お休み 	2日 お休み	3日 お休み	4日 お休み	5日 ・七草がゆ ・松風焼き ・ブロッコリーのおかか和え ・麩のすまし汁
8日 成人の日	9日 ・鶏じゃが ・キャベツの煮浸し ・しめじのすまし汁	10日 ・鮭の蒸し焼き ・青菜の和え物 ・茹でさつまいも ・わかめのすまし汁	11日 ・ハンバーグ ・小松菜のやわらか煮 ・さつまいも芋の豆乳みそ汁 ☆おはぎ	12日 ・魚のごま焼き ・茹でじゃが芋 ・茹でブロッコリー ・豆腐のみそ汁
15日 ・白身魚の塩焼き ・こじわり大根 ・茹でブロッコリー ・根菜汁 ☆きんとん	16日 ・手作りがんもの煮物 ・わかめともやしの和え物 ・大根のすまし汁	17日 ・鶏ささみのうすくずあん ・青菜と春雨の和え物 ・きのこのすまし汁	18日 ・鱈の塩焼き ・茹でじゃが芋 ・茹でブロッコリー ・うす揚げとしめじのみそ汁	19日 ・鶏肉と大根の煮物 ・キャベツのおかか和え ・白玉麩のすまし汁
22日 ・冬野菜の煮物 ・ほうれん草の白和え ・白菜のすまし汁	23日 ・白身魚の照り焼き ・白菜とブロッコリーの煮浸し ・かぼちゃの煮物 ・春雨スープ	24日 ・さつまいもと鶏肉の煮物 ・大根と人参のやわらか煮 ・なめこのみそ汁	25日 ・カラスガレイの塩焼き ・青菜のおひたし ・茹でじゃが芋 ・かぶのすまし汁	26日 ・鶏ひき肉とじゃが芋の煮物 ・キャベツの赤しそ和え ・玉ねぎとしめじのみそ汁
29日 ・高野豆腐の煮物 ・白菜のごま和え ・なめこのすまし汁	30日 ・煮魚 ・青菜とえのきの和え物 ・にゅうめん汁	31日 ・根菜とうすあげの煮物 ・ブロッコリーとささみの和え物 ・わかめのみそ汁	※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。 ※月齢や個人差に合わせて、形状を変更しています。	

