

1

月

きゅう だより しよく



令和5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
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。園では、七草雑炊にして6日の献立に取り入れます。
- ・鏡開き(1月11日)
10日に、園内にお供えたお餅を、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)
11日の『ごはんの日』に、鯖江の郷土料理を献立に取り入れます。
- ・みそ作り(1月27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28日(土)・2月4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
2 お休み	3 お休み	4 お休み	5 保育開始 ・肉じゃが ・青菜ともやしのナムル ・みかん ・昆布の佃煮	6 七草雑炊 ・のし鶏 ・田作り ・黒豆	7 七草 お弁当 (おかずを忘れずに 持参ください)
9 成人の日	10 ・魚の照り焼き ・青菜と白菜のごま和え ・にゅうめん汁 ★ぜんざい・みかん	11 鏡開き ・黒米とさつまいものごはん ・こじわり大根 ・まなべ汁	12 おにぎり弁当の日 ★栗きんとん	13 ・鮭のムニエル ・里芋の唐揚げ ・茹でブロッコリー ・わかめと麩のすまし汁	14 同上
16 ・魚のパン粉焼き ・ブロッコリーと 人参の和え物 ・野菜スープ	17 ・筑前煮 ・きのこのすまし汁 ・りんご	18 もちつき会 ・雑煮 ・青菜のおかか和え ・赤かぶの酢漬け ・みかん ★きなこもち(3歳以上児)	19 ・魚のみそ煮 ・青菜の白和え ・大根のすまし汁	20 大寒 ・冬野菜入り しんよこえカレー ・ブロッコリーのサラダ ・みかん	21 同上
23 ・鶏肉と野菜のポトフ ・キャベツとりんごのサラダ ・きなこ ★大根葉のおにぎり(3歳未満児)	24 ・かれの塩焼き ・青菜とれん根の和え物 ・白菜のみそ汁	25 天神講 ・鶏ごぼうごはん ・七福なます ・もち麩入りすまし汁	26 ・豚すき ・わかめとかぶの酢の物 ★大根葉のおにぎり(3歳以上児)	27 ・みそおでん ・焼きピーマン ・りんご	28 同上 みそ作り(希望者)
30 ・魚の唐揚げ ・青菜とかぶ和え物 ・豆腐のみそ汁	31 ・鱈とほうれん草の 豆乳グラタン ・焼きブロッコリー ・かぶのスープ	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。		