



1月 きゅうしよくだよい



令和6年1月4日 鳥海保育園



今月のメニュー



* 献立は都合により変更になる場合があります。

新年あけましておめでとうございます

今年も、子どもたちが元気に成長してくれますように!!
給食では、しっかり食べて丈夫な体をつくるために、旬の食材を取り入れ、子どもたちが給食を楽しめるように心をこめて調理していきたいと思ひます。今年も宜しくお願ひ致します。

今月の目標
病気に負けない体づくりをしましょう

病気をしない健康的で強い体をつくるには、体の免疫力を向上させることが大切です。そのためには1日3食好き嫌いせずになんでも食べる事、元気いっぱい体を動かして遊ぶことが大事です。

★ご飯のいらぬ日
12日(金) ラーメン
19日(金) スパゲッティ
25日(木) カレーうどん

日	曜日	きりん・ぱんだ・こあら	うさぎ・ひよこ
4	木	魚フライ・胡麻和え・りんご・わかめ汁	卵焼き
5	金	ポークカレー・切り干し大根煮・りんご・牛乳	チーズ
6	土	かきたまうどん・フルーツ	☆☆☆☆
9	火	サバの味噌煮・ひじき煮・バナナ・芋汁	ウィンナー炒め
10	水	△△ カレー肉じゃが・チーズ揚げ・りんご・白菜スープ	おにぎり
11	木	ウィンナー炒め・春雨サラダ・パイナップル・南瓜シチュー	のり
12	金	味噌バターコーンラーメン・ポテト・りんご	おにぎり
13	土	きのこうどん・フルーツ	☆☆☆☆
15	月	肉野菜炒め・納豆和え・りんご・すまし汁	そうめん
16	火	豆腐の揚げボール・ごま和え・バナナ・わかめスープ	ヨーグルト
17	水	きんぴらごぼう・卵焼き・ゼリー・豚汁	りんご
18	木	赤魚の唐揚げ・スパサラダ・りんご・大根汁	ミートボール
19	金	スープスパゲッティ・大根サラダ・バナナ	果汁
20	土	肉うどん・フルーツ	☆☆☆☆
22	月	すき焼き・高野ステーキ・りんご・さつまいも汁	納豆
23	火	焼き魚・おひたし・パイナップル・すまし汁	ナゲット
24	水	鶏の唐揚げ・コールスローサラダ・ゼリー・かき玉スープ	しらすふりかけ
25	木	カレーうどん・じゃがいも天ぷら・りんご・牛乳	おにぎり
26	金	筑前煮・ホットドック・オレンジ・わかめ汁	ミートボール
27	土	わかめうどん・フルーツ	☆☆☆☆
29	月	焼肉・切り干しサラダ・バナナ・南瓜汁	シューマイ
30	火	カレーコロッケ・おひたし・ゼリー・白菜汁	たこさん
31	水	親子煮・りんご・ラーメン汁	チーズ

<p>*手作りおやつ* 9日(火) さつま栗きんとん 17日(水) ホットケーキ 25日(木) フレンチトースト</p>	<p>*カミカミデー* 15日(月) フランスパン 31日(水) するめ</p>	<p>*おにぎデー* 10日(水) 準備宜しくお願ひ致します。</p>
---	---	--



お正月は伝統料理や郷土料理に親しむ機会が増えます。おせち料理やお雑煮など古くから受け継がれてきた料理を味わい、行事食を子どもたちにも伝えていけたらいいと思ひます。保育園では9日にさつま栗きんとんでお正月気分を味わいます。また、きりん組さんは9日から26日まで毎年恒例のお膳給食を行います。ござに正座し姿勢を正して食べることは、大変ですが良い経験になると思ひます。正しい姿勢で食事をする、見た目美しいだけでなく、食べ物の消化・吸収がよくなります。時間内で食べ終わるように頑張らましよう!