

給食だより

1月～睦月～

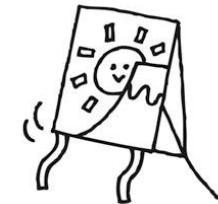
延慶寺保育園

今月の給食目標

健康で美味しい
食べられる1年に

新しい年が始まりました。皆さまはどんなお正月をすごされましたか。

1月は、おせち料理やおもちなど日本の食文化に触れる機会が多いです。その中の1つに七草がゆがあります。1月7日の朝に七草を入れたお粥をたべると、1年病気をしないと言われています。保育園では七草ご飯にして出しています。



いももち

- ①サツマイモを茹でてつぶしておく。
 - ②ボールに白玉粉と湯を入れ固めにまとめる
 - ①を入れ混ぜ合わせる。
 - ③鍋に湯を沸かし、②を丸めて茹でる。ザルにあげ、流水でぬめりを取る。
 - ④ボールにきな粉、黒砂糖、白砂糖、塩をお好みでいれ③を入れまぶす。
- ※正月らしく、7日はいももちにしてみました。さつま芋を入れると粘りが少なく、未満児クラスも食べやすいと思います。



献立予定表

2026.JANUARY

日	曜	昼 食	3時のおやつ	10時のおやつ
5	月	ライスパン ミートソースパゲティ チーズ入り卵焼き レタス	お豆腐ブラウニー	ビスケット
6	火	ひじきご飯 鶏のクリーム煮 太平燕 バナナ	ミルキークッキー	ウエハース
7	水	七草ご飯 照り焼きチキン キャベツ すまし汁	いももち	ビスコ
8	木	黒糖パン アップルジンジャー poc ほうれん草ゴママヨサラダ スーミータン	鮭バタおにぎり・いりこ佃煮	クッキー
9	金	麦ご飯 魚のもろみ漬焼き きんぴらごぼう 白菜の味噌汁	うどんかりんとう	せんべい
10	土	メロンパン 南瓜のシチュー 牛乳		チーズ
12	月	成人の日		
13	火	玄米パン てりやきボール スパゲティサラダ ミネストローネ	丸ぼうろ	ウエハース
14	水	カレーライス 野菜サラダ 漬物 みかん	カルピスゼリー・せんべい	ビスコ
15	木	わかめご飯 築前煮 春雨スープ	つぶあんスコーン	クッキー
16	金	誕)クロワッサン 魚のホイル焼き ポテト ミックススープ ゼリー	鏡餅カップケーキ	せんべい
17	土	焼肉丼 かきたま汁 牛乳		乳ボーロ
19	月	ライスパン 五目焼きそば 千草焼き レタス	石垣蒸しパン	ビスケット
20	火	ふりかけご飯 ハニーマスター チキン ひじきと人参のきんぴら コーヤトーフのスープ	黒ゴマビスケット	ウエハース
21	水	麦ご飯 イワシの佃煮 切干大根の炒め煮 豆腐の味噌汁	手作りプリン・クッキー	ビスコ
22	木	黒糖パン ポークチョップ 里芋のゴマネーズ きのこのスープ みかん	カロチンケーキ	クッキー
23	金	わかめご飯 チキンバー 伴三糸 青菜の味噌汁	フルーツきんとん	せんべい
24	土	親子うどん バナナ 牛乳		チーズ
26	月	仲よしパン ミートボール マカロニサラダ コンソメスープ	鶏ごぼうおにぎり・いりこ	ビスケット
27	火	ひじききつねご飯 肉じゃが にゅう麺 りんご	焼きそばパン	ウエハース
28	水	ふりかけご飯 すり身のカレーフライ 小松菜中華サラダ 大根の味噌汁	バームクーヘン	ビスコ
29	木	ライスパン オレンジデミチキン バンバンジーサラダ ふわふわ卵スープ	カルシウムぼうろ	クッキー
30	金	麦ご飯 花ショーマイ ブロッコリーのおかか和え わかめ味噌汁	チーズ蒸しパン	せんべい
31	土	クリームツイスト トマトのスープ 牛乳		乳ボーロ

飲み物はパンの日は牛乳、ご飯の日は麦茶です。(もも・きい組は、ご飯の日も牛乳)

3時・10時のおやつには牛乳が付きます。10時のおやつは3才未満児用です。

材料の都合により献立が一部変更する事があります。