



# 1月給食献立表



平成30年度  
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
4	金	牛乳 ぱりんこ	田舎うどん もも缶	牛乳 エースコイン
5	土	牛乳 ビスケット	和風スパゲティ 焼きポテト バナナ	牛乳 ビスケット
7	月	牛乳 マンナ	鶏肉の竜田揚げ 七草入りごまあえ ひじきのじゃこ煮	牛乳 おかかおにぎり
8	火	牛乳 アンパンせんべい	ぶりの照り焼き 五色炒め かぶのみそ汁	牛乳 パインケーキ
9	水	牛乳 バナナ	ポークビーンズ 花野菜のサラダ ウインナー	牛乳 青のリクッキー
10	木	牛乳 コーンフレーク	肉じゃが 水菜のしらすあえ 豆腐ナゲット りんご	牛乳 ピーノ
11	金	牛乳 ルヴァン	赤飯 松風焼き かぶのゆかりあえ のっぺい汁 みかん	牛乳 ムーンライト
12	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん 青菜と切干大根のサラダ バナナ	牛乳 ビスケット
15	火	牛乳 動物ビスケット	豆腐とツナのハンバーグ 白菜サラダ すまし汁 (3未)ちりめんごはん	牛乳 シュガーサンド
16	水	牛乳 バナナ	魚の磯辺揚げ 七福なます みそ汁	牛乳 さつまいもとりんごのきんとん
17	木	牛乳 アスパラガス	五目煮 青菜のおひたし えのき納豆	牛乳 小魚 かつぱえびせん
18	金	牛乳 マンナ	(0・1歳児参観日) ごはん 鶏肉の竜田揚げ マカロニサラダ すまし汁 みかん	牛乳 綱あられ
19	土	牛乳 ビスケット	和風スパゲティ 焼きポテト バナナ	牛乳 ビスケット
21	月	牛乳 ぱりんこ	ポトフ 白菜サラダ しゅうまい 手作りふりかけ	牛乳 おでん
22	火	牛乳 アンパンせんべい	肉じゃが 水菜のしらすあえ 豆腐ナゲット りんご	牛乳 パインケーキ
23	水	牛乳 バナナ	ポークビーンズ 花野菜のサラダ ウインナー	牛乳 青のリクッキー
24	木	牛乳 コーンフレーク	ぶりの照り焼き 五色炒め かぶのみそ汁 オレンジ	牛乳 ムーンライト
25	金	牛乳 ルヴァン	マーボー丼 ナムル もも缶	牛乳 チーズ ピーノ
26	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん 青菜と切干大根のサラダ バナナ	牛乳 ビスケット
28	月	牛乳 ウエハース	みそけんちん汁 焼きのり 白菜のごまあえ パイン缶	牛乳 黒豆乳蒸しパン
29	火	牛乳 動物ビスケット	豆腐とツナのハンバーグ マカロニサラダ すまし汁 (3未)ちりめんごはん	牛乳 シュガーサンド
30	水	牛乳 バナナ	魚の磯辺揚げ 七福なます みそ汁 みかん	牛乳 さつまいもとりんごのきんとん
31	木	牛乳 アスパラガス	五目煮 青菜のおひたし えのき納豆	牛乳 かつぱえびせん

- ★ たんぽぽ・すみれ・あじさい組さんは、お米2合を11日までに持って来てください。
- ★ 袋には必ずクラス名(1組か2組も)、名前を大きくはっきりと書いてください。
- ★ アレルギーのある方は、給食、おやつとも除去食や代替食で対応しています。



## 日本の行事・お正月とおせち料理

新しい年を迎えるお正月にいただく「おせち料理」は家族の幸せや健康を願う意味が込められています。



きんとん・・・今年も豊かな1年であるように願います  
黒豆・・・黒は魔除けの色、丈夫で健康に、長寿の願いも込められています

焼き魚・・・出世魚のぶりや、めでたいとかけた鯛が入ります  
なます・・・紅白の酢の物、お祝いの水引を表し、縁起がよいです

れんこん料理・・・将来の見通しがきく、縁起をかつぐ意味があります

鏡開き・・・鏡餅をおろし、1年間の無病息災を願って、雑煮やぜんざいにして食べる日です

七草がゆ・・・せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろの7種の若草の生命力をもらい、病気を防ぐ願いが込められています



## つくってみませんか？

### さつまいもとりんごのきんとん

(4~6人分)

【材料】 さつまいも・・・300g りんご・・・70g  
さとう・・・大さじ3 豆乳・・・大さじ2

### 【作り方】

- ①さつまいもは皮をむいて、輪切りにし水につけてアクを抜く。
- ②りんごは皮をむいて薄めのいちょう切りにする。
- ③鍋にさつまいもとりんごを入れ、ひたひた程度の水を加えて、やわらかくなるまで煮る。
- ④ゆで汁を切り、熱いうちにつぶす。
- ⑤さとうと豆乳を加えて、焦げ付かないように混ぜながら、全体に火を通し出来上がり。

