



1月給食献立表



令和2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	月	牛乳 ひとくちビスケット	きつねうどん・キャベツとわかめの酢の物・パイン缶	牛乳 もやしのチヂミ
5	火	牛乳 きなこもち	ツナカレースープ・白菜サラダ・ウインナー・りんご	牛乳 おかかおにぎり
6	水	牛乳 エースコイン	ぶりの照り焼き・彩野菜の和え物・かぶのみそ汁・もも缶	牛乳 きなこ揚げパン
7	木	牛乳 バナナ	鶏肉のさっぱり焼き・七草入りごま和え・もやしのみそ汁・(三未)さつま芋ごはん	牛乳 ホームパイ
8	金	牛乳 コーンフレーク	赤飯・松風焼き・大根のゆかり和え・すまし汁・みかん	牛乳 フルーツケーキ
9	土	牛乳 ビスケット	スパゲティナポリタン・焼きポテト・バナナ	牛乳 ビスケット
12	火	牛乳 ルヴァン	鶏肉の竜田揚げ・七福なます・すいとん・みかん	牛乳 ぜんざい
13	水	牛乳 動物ビスケット	鮭のムニエル・ポテトサラダ・トマト・コーンポタージュ	牛乳 肉まん
14	木	牛乳 マンナ	干草焼き・ひじきの煮物・みそ汁・バナナ	牛乳 さつま芋とりんごのきんとん
15	金	牛乳 あんぱんビスケット	マーボー丼・ナムル・ミートボール・りんご	牛乳 シュガートースト
16	土	牛乳 ビスケット	ウインナーサンド・かぶとお豆のスープ・バナナ	牛乳 ビスケット
18	月	牛乳 ひとくちビスケット	鶏肉のくわ焼き・野菜ソテー・春雨スープ・みかん	牛乳 焼きそば
19	火	牛乳 きなこもち	高野豆腐のオランダ煮・ひじきの和え物・トマト・沢煮椀	牛乳 バナナケーキ
20	水	牛乳 エースコイン	鱈の西京焼き・ブロッコリーの塩ゆで・切り干し大根の炒め煮・りんご	牛乳 鬼まんじゅう
21	木	牛乳 バナナ	かき揚げ・土佐酢和え・赤だし汁・味付けのり	牛乳 小魚・チーズあられ
22	金	牛乳 コーンフレーク	ポークカレーシチュー・大根のごま塩サラダ・ゆで卵・もも缶	牛乳 ヨーグルトババロア
23	土	牛乳 ビスケット	ちゃんぽん麺・グリーンポテト・みかん	牛乳 ビスケット
25	月	牛乳 あんぱんせんべい	豚汁・白菜のごま和え・ナゲット・ひじきのふりかけ・パイン缶	牛乳 フレンチトースト
26	火	牛乳 ルヴァン	魚のバーベキュー風・マカロニサラダ・トマト・オニオンスープ	牛乳 チーズ・小麦胚芽クラッカー
27	水	牛乳 動物ビスケット	筑前煮・小松菜のおかか和え・納豆・みかん	牛乳 黒豆蒸しパン
28	木	牛乳 マンナ	花野菜の豆乳シチュー・フレンチサラダ・アンパンマンポテト・手作りふりかけ	牛乳 きなこクッキー
29	金	牛乳 アンパンビスケット	デミカツ丼・ばんさんすう・パイン缶	牛乳 キャロットケーキ
30	土	牛乳 ビスケット	けんちんうどん・小松菜とツナの和え物・バナナ	牛乳 ビスケット

★ 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。



★日本の食文化の特徴

- ◆ 日本には、普段通りの生活を送る(ケの日)と特別な(ハレの日)があります。ハレの日には2種類あり、1つはお正月のような季節ごとにめぐってくる年中行事。もうひとつは、お誕生日や還暦など人生の節目に行われる行事です。
- ★行事に込められた思いを知る
- 行事の食事には「邪気や災厄を払い、健康長寿を願う」という意味があります。お正月は、家の入口に門松を飾り「年神さま」を招き入れ、神と食事を共にしつつ、福を招き災いを打ち払うという願いがこめられています。子供たちは、行事に込められた思いを知ることで「神々、ご先祖様、自然」と「自分」とのつながりを感じ、それが生きる上での豊かさ、楽しさにつながります。

★食べ物に込められた願いを知る

行事によく食べられる「赤飯」は、古くから邪気や厄を払うといわれています。お正月に食べる料理にも、それぞれに願いが込められています。

- かずのこ……子孫繁栄を願う
- 黒豆……まめに働き、まめに暮らせますように
- たつくり……農作物の豊年、家内安全
- 昆布巻き……よろこぶ、縁起物
- 背の曲がったえび……腰が曲がるまで元気で長生きできますように
- れんこん……先を見通せますように