



1月給食献立表



令和3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	火	牛乳 動物ビスケット	五目うどん・キャベツとわかめの酢の物・パイン缶	牛乳 まがりせんべい
5	水	牛乳 シガーフライ	鶏肉の竜田揚げ・七福なます・麩のすまし汁(3未 菜めし)	牛乳 バタークッキー
6	木	牛乳 ホームパイ	五目汁・七草入りごま和え・焼きししゃも・ひじきふりかけ	牛乳 ハム入りサンドイッチ
7	金	牛乳 プチスナック	赤飯・松風焼き・大根のゆかり和え・すまし汁・みかん	牛乳 お好み焼き
8	土	牛乳 ビスケット	スパゲティナポリタン・じゃが芋のフレンチサラダ・バナナ	牛乳 ビスケット
11	火	牛乳 コーンフレーク	ぶりの照り焼き・白菜のごま和え・のっぺい汁・りんご	牛乳 ぜんざい
12	水	牛乳 バナナ	高野豆腐のオランダ煮・トマト・ひじきの和え物・みそ汁	牛乳 プリン
13	木	牛乳 星たべよ	ツナカレースープ・大根のごま塩サラダ・焼き春巻き・みかん	牛乳 アスパラガス・チーズ
14	金	牛乳 ウエハース	納豆丼・青菜のおかか和え・アンパンマンポテト・りんご	牛乳 とらパン
15	土	牛乳 ビスケット	きつねうどん・キャベツの磯和え・バナナ	牛乳 ビスケット
17	月	牛乳 動物ビスケット	花野菜の豆乳シチュー・白菜サラダ・チキンナゲット・パイン缶	牛乳 肉まん
18	火	牛乳 チーズクラッカー	鶏肉のカレーじょうゆ焼き・人参しりしり・小松菜納豆・みそ汁・みかん	牛乳 さつま芋とりんごのきんとん
19	水	牛乳 ひとくちビスケット	鯖の西京焼き・ブロッコリーの塩ゆで・切干大根の炒め煮・すまし汁	牛乳 米粉のもちもちケーキ
20	木	牛乳 シガーフライ	コーンコロッケ・ばんさんすう・ワンタンスープ	牛乳 ハードビスケット・昆布
21	金	牛乳 プチスナック	ポークカレーシチュー・コーンとキャベツのサラダ・ゆで卵・りんご	牛乳 シュガートースト
22	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
24	月	牛乳 バタークラッカー	鶏肉のさっぱり焼き・彩野菜の和え物・かぶのみそ汁(3未 さつま芋ご飯)	牛乳 カレンズサブレ
25	火	牛乳 バナナ	魚のバーベキュー風・切干大根のマヨネーズサラダ・ブロッコリー・オニオンスープ	牛乳 ヨーグルトスキムケーキ
26	水	牛乳 マンナ	筑前煮・キャベツのごま酢和え・ウインナー・手作りふりかけ・もも缶	牛乳 切干大根のおにぎり
27	木	牛乳 ミルクビスケット	豚肉と厚揚げのみそ炒め・揚げ餃子・もやしとちくわのナムル・りんご	牛乳 ハッピーターン
28	金	牛乳 ホームパイ	ビビンバ丼・肉団子・粉ふき芋・わかめスープ	牛乳 チーズパインサンド
29	土	牛乳 ビスケット	ちゃんぽんラーメン・グリーンポテト・みかん	牛乳 ビスケット
31	月	牛乳 星たべよ	トンカツ・マカロニサラダ・トマト・みそ汁	牛乳 黒豆豆乳蒸しパン

★ 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。

～ ちょっと変わったご当地お雑煮 ～

お雑煮は全国各地で様々な味で作られ中にはビックリするものもあります。

- 【新潟】 鮭とイクラが入ったお雑煮。大根、里芋、人参、ゴボウなど野菜もたっぷり入っています。
- 【岩手】 しょうゆベースで根菜たっぷりのお雑煮。おもちを取り出して甘いクルミのタレにつけて食べるのが特徴です。
- 【香川】 いいこと白みそ仕立ての汁にあんころ餅が入ったインパクトのあるお雑煮。大根や人参なども入れます。

～ 七草粥 ～

1月7日の朝に、新しく迎える1年の無病息災を願い食べる春の七草の入ったお粥のことです。お正月に食べ過ぎて弱った胃腸を元気にしましょう。

【意味】

- セリ 『競り勝つ』
- ナズナ 『撫でて汚れを取り除く』
- ゴギョウ 『仏さまの体』
- ハコベラ 『繁栄が広がる』
- ホトケノザ 『仏さまが心やすらかに座っている様子』
- スズナ(カブ) 『神を呼ぶ鈴』
- スズシロ(大根) 『汚れのない清白』