



1月の献立



日にち	メニュー	赤群 体をつくるもとになる	黄群 エネルギーのもとになる	緑群 体の調子をととのえる	おやつ
4・18	ツナピラフ コーンスープ	ツナ缶 スキムミルク		玉ねぎ、人参 クリームコーン缶	4日：スティックパン 18日：ボンデケーキ
5・19	しのだうどん	油揚げ、かまぼこ	うどん	ほうれん草	ぱりんことプチゼリー
7・21	カレーソテー 納豆和え、みかん	豚肉 納豆	油 マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ピーマン キャベツ、コーン缶、みかん	7日：七草粥 21日：チーズスティックパイ
8・22	豆腐鍋 南瓜の煮付	豆腐、鶏肉		白菜、人参、春菊、えのき茸 南瓜	ラスク
9・23	照焼き 昆布とじゃが芋の煮物	白身魚 糸きり昆布	油 じゃがいも、さとう	生姜 玉ねぎ、人参、グリーンピース	バナナとヨーグルト
10・24	かぶのグラタン ソテー	豚肉、牛乳、チーズ ツナ缶	じゃが芋、上新粉 油	人参、玉ねぎ、かぶ キャベツ	ひじきとゆかりのごはん
11	鶏のすき煮 さつま芋の煮物	鶏肉	さとう さつまいも	白菜、人参、玉ねぎ、生しいたけ、ねぎ	赤飯
12・26	みそラーメン	豚肉、白みそ、赤みそ	中華そば、油、さとう、すりごま、ごま油	人参、もやし、ねぎ、にんにく	ロールパン (マーガリン)
28	幼児：ケチャップ煮 乳児：れんこんのふわふわ揚げ ブロッコリーのマヨ和え	豚肉 豚肉	じゃが芋 片栗粉、油 マヨネーズ	人参、玉ねぎ、パセリ れんこん、ねぎ、しょうが ブロッコリー、コーン缶	さつまいもの パンケーキ
15・29	ツナの柳川風 昆布和え	ツナ缶、卵 塩昆布	さとう	ごぼう、人参、玉ねぎ、みつば もやし、小松菜	フライドポテト
16・30	ビーフンスープ じゃこ炒め、りんご	豚肉 しらす干し	ビーフン、油	人参、玉ねぎ、キャベツ チンゲン菜、りんご	和風ホットケーキ
17・31	生揚げと魚のゴマ味噌煮 かき玉汁	生揚げ、白身魚、赤みそ 卵	さとう、すりごま 片栗粉	大根、人参、さやいんげん ほうれん草	ジャガイモ餅
誕生会 25	ドライカレー 春雨スープ、りんご	豚挽肉	油、上新粉 春雨	玉ねぎ、人参、ピーマン、生姜、にんにく 白菜、ねぎ、りんご	ケーキ

※献立は多少変更することがあります。

※上記以外に、かつおだしや醤油などの調味料を加えます。



日にち	9～11か月頃（後期）					
	給食					おやつ
	メニュー	赤群 体を作るもとになる	黄群 エネルギーの素になる	緑群 体の調子を整える	調味料	
4・18	ツナピラフ コーンスープ	ツナ缶 スキムミルク		玉ねぎ、人参 クリームコーン缶	かつおだし かつおだし	食パン
5・19	しのだうどん	油揚げ	うどん	ほうれん草	かつおだし、醤油	オレンジ
7・21	ソテー 和え物、みかん	豚肉		玉ねぎ、人参、ピーマン キャベツ、コーン缶、みかん	醤油 醤油	おかゆ
8・22	豆腐鍋 南瓜の煮付	豆腐、鶏肉		白菜、人参、えのき茸 南瓜	かつおだし、醤油 さとう、醤油、かつおだし	食パン
9・23	照焼き じゃが芋の煮物	白身魚		玉ねぎ、人参	醤油 さとう、醤油、かつおだし	ヨーグルト
10	野菜スープ ソテー	豚肉 ツナ缶	じゃが芋	人参、玉ねぎ キャベツ	かつおだし 醤油	ひじきご飯
11・25	鶏のすき煮 さつま芋の煮物	鶏肉	さとう さつまいも	白菜、人参、玉ねぎ、生しいたけ、ねぎ	さとう、醤油、かつおだし さとう、醤油、かつおだし	小豆ご飯
12・26	みそうどん	豚肉、白みそ、赤みそ	うどん、さとう	人参、ねぎ	さとう、醤油、みそ	食パン
28	ケチャップ煮 ブロッコリーの和え物	豚肉	じゃが芋	人参、玉ねぎ ブロッコリー、コーン缶	ケチャップ 醤油	さつまいもの パンケーキ
15・29	ツナと野菜の煮物	ツナ缶	さとう	人参、玉ねぎ	砂糖、醤油、かつおだし 醤油	グリルポテト
16・30	スープ じゃこご飯、りんご	豚肉 しらす干し	ごはん	人参、玉ねぎ、キャベツ りんご	かつおだし	和風パンケーキ
17・31	生揚げと魚の味噌煮	生揚げ、白身魚、赤みそ	さとう	大根、人参、さやいんげん	さとう、赤みそ、かつおだし	じゃがいも餅
誕生会 25	まぜご飯 春雨スープ、りんご	豚挽肉	春雨	玉ねぎ、人参、ピーマン 白菜、ねぎ、りんご	ケチャップ かつおだし	パンケーキ

※献立は多少変更することがあります。



結良により



平成30年度1月号 あだの しょうこ なかね まき

新年明けまして、おめでとうございます。年末年始休暇は楽しく過ごせましたか。
今年も元気いっぱい、給食とおやつをもりもり食べてください。毎日安心安全な給食を用意してみんなが
登園してくるのを楽しみにしています。

先月のおもちつき会にたくさんのご参加ありがとうございました。開催中「おいしい、おいしい」とたくさん聞こえてき、とても嬉しかったです。

さて、みなさんのもとにお餅が届くまでに、厨房ではどんなことが行われていたのでしょうか。厨房では、私たち調理担当者以外に看護師、保育士の先生にもお手伝いをしていただきました。お餅が思うようにちぎれず手がお餅だらけになってしまった先生もいましたが、徐々にコツをつかんでいました。反対に手慣れた先生もいて、次々にお餅をちぎってくれました。

行事の時は、準備や後片づけなど大変なこともあります。準備中は当日の様子を想像したり、開催中の美味しいという声や表情、片付け中は思い出し笑いをしたりと大変さより楽しさや嬉しさがまさっています。

①前日にもち米を水につける



②もち米を蒸す



③もちをつく(機械)



④ちぎる



⑤できあがり



ほし、ゆき、すかい組さんは、先月のクリスマス会の日、プリンアラモードを作りました。果物やクリームをトッピングしてちょっぴり豪華なプリンになりました。



謹賀新年



今年は亥年ですが、猪のお肉を食べたことはありますか。猪料理で有名なのは、牡丹鍋でしょうか。古くから猪のお肉には、万病予防に効果があると伝えられ、このことから『亥年は無病息災の年』と言われています。今年一年、病気もけがもなく元気にすごしたいものです。