

1がつのこんだて

日付	給食・おやつ	使用食材			
		黄色群 (体のもとになる)	赤群 (エネルギーのもとになる)	緑群 (体の調子を整える)	調味料・その他
4・18	カレーうどん	ツナ缶	うどん、油、上新粉	玉ねぎ、人参	純カレー粉、みりん、醤油、かつおだし、昆布だし
	* ぼたぼた焼き				ぼたぼた焼き
6・20	豚肉と大根のうま煮 春雨スープ	豚肉	砂糖 春雨	こんにゃく、大根、人参、れんこん、さやいんげん 白菜、ねぎ	砂糖、酒、みりん、醤油、かつおだし 中華味の素
	* じゃが芋もち		じゃがいも、砂糖、片栗粉		砂糖、醤油
7・21	魚の香味焼き じゃが芋の煮付 みかん	白身魚	油 じゃが芋、砂糖	ねぎ、生姜 玉ねぎ、さやいんげん、人参 みかん	酒、みりん、醤油 砂糖、みりん、醤油、かつおだし
	* 7日:七草粥		米	七草	菜めしふりかけ
	* 21日:米粉の蒸しパン	牛乳	米粉、砂糖、油		砂糖、ベーキングパウダー
	みそおでん ナムル	生揚げ、はんぺん、赤みそ、うずらの卵	里芋、砂糖	大根 きゅうり、もやし	砂糖、みりん、赤みそ、かつおだし、昆布だし 砂糖、醤油
8・22	* ヨーグルトとぱりんこ	ヨーグルト			ぱりんこ
	豆腐なべ 南瓜の煮付	豆腐、鶏肉	砂糖	白菜、人参、春菊、えのき茸 南瓜	酒、白醤油、昆布だし、かつおだし 砂糖、みりん、醤油、かつおだし
9・23	* ラスク		食パン、マーガリン、砂糖		砂糖
	ポークシチュー ドレッシング和え	豚肉 わかめ	じゃが芋、上新粉 砂糖、油	人参、玉ねぎ、グリーンピース きゅうり、みかん缶	ケチャップ、ソース、コンソメ 砂糖、りんご酢
	* 10日:赤飯	小豆	米		塩
	* 24日:ゼリーとバナナ			バナナ	ゼリー
11・25	あんかけきしめん	豚肉	きしめん、片栗粉	人参、ねぎ、ほうれん草	かつおだし、昆布だし、みりん、醤油
	* スティックパン		スティックパン		
27	れんこんのふわふわ揚げ(乳児)	豚ひき肉	片栗粉、油	れんこん、ねぎ、生姜	酒、塩、ケチャップ
	カレースープ(幼児)	豚肉	じゃが芋	人参、玉ねぎ、グリーンピース	純カレー粉、コンソメ
	ブロッコリーの和え物		すりごま	ブロッコリー	醤油
	* ウィンナーロール	ウィンナー、チーズ	食パン		
14・28	さつまい キャベツの和え物	鶏肉、白みそ ツナ缶	さつまい	こんにゃく、大根、人参、あさつき キャベツ	かつおだし、白みそ 醤油
	* ちくわ餃子	ちくわ、豚挽肉		キャベツ、大葉、にんにく、しょうが	オイスターソース、醤油
	豚丼 かき玉スープ	豚肉 卵	砂糖 片栗粉	人参、玉ねぎ、白滝、ねぎ ほうれん草、えのき茸	砂糖、みりん、醤油、かつおだし 中華味の素
16・30	* ドーナツ	牛乳	ホットケーキミックス、油		
	ポテトとコーンの煮物 大根サラダ	鶏肉 ツナ缶	じゃが芋、油 マヨネーズ	人参、玉ねぎ、キャベツ、パセリ、クリームコーン缶 大根、きゅうり	コンソメ マヨネーズ、醤油
	* 中華風焼きそば	豚肉	焼きそばめん	人参、玉ねぎ、チンゲン菜	オイスターソース、醤油
17	シーフードグラタン	白身魚、イカ、牛乳、チーズ	じゃが芋、上新粉	人参、玉ねぎ、パセリ	コンソメ
	ソテー 食パン		油 食パン	チンゲン菜、コーン缶	塩
	* ひじきご飯	ひじき、油揚げ	米	人参	醤油、砂糖
	ポークストロガノフ 海藻サラダ	豚肉、スキムミルク わかめ	油、上新粉 砂糖	玉ねぎ、人参、しめじ、パセリ、大蒜 きゅうり、コーン缶	コンソメ、ケチャップ、ソース 砂糖、りんご酢、醤油
誕生会 31	りんご * ケーキ	生クリーム	スポンジケーキ	黄桃缶、みかん缶、パイ缶	砂糖

※献立は多少変更することがあります。

※その他、主食にご飯があります。主食が食パンの日は、ご飯はありません。

※「*」はおやつです。おやつには、牛乳がつきます。

給食だより

令和元年度1月号 あだのしょうこ なかねまき

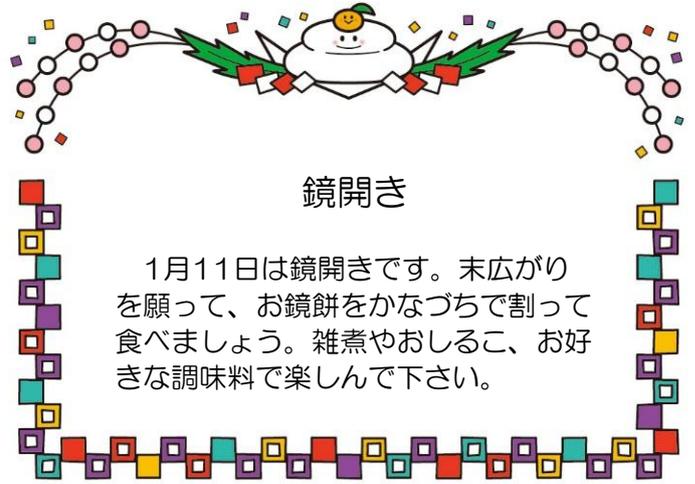


新年明けましておめでとうございます。年末年始のお休みは、どのように過ごしましたか。一段と厳しい寒さが襲ってきます。風邪などひかないように気をつけましょう。



七草

お正月にたくさんごちそうを食べたのではないのでしょうか？
1月7日には、お腹を休めるために七草粥を食べましょう。



鏡開き

1月11日は鏡開きです。末広がりを願って、お鏡餅をかなづちで割って食べましょう。雑煮やおしるこ、お好きな調味料で楽しんで下さい。

もやしの栽培

11月末からほし組さんがもやしの栽培にチャレンジしました。もやしを栽培するのに適した温度は20~30℃と言われていますが、冬になり気温が下がったため、なかなか芽が出てきませんでした。それでも湯たんぽを置いたり、ほし組さんが毎日、水換えをしてくれたおかげで、芽が出てきました。倍以上の日数がかかったため、衛生上喫食することはできませんでしたが、普段目にする野菜がどのように育ち、手間暇がかけられているかを感じてもらえたと思います。

その後、市販のもやしを使ってスープを作りました。卵も上手に割れ、ホットプレートいっぱい作ったスープは、見事完食でした！！



紙風船ケーキ

先月の誕生日会は紙風船ケーキを作りました。クッキングシートで作った紙風船に、ケーキの生地を流しケーキを焼きました。

ゆき・すかい組さんには自分専用の紙風船を折ってもらい、いつもとは一風変わったクッキングになりました。



クリスマスランチバイキング&プリンアラモード作り

クリスマス会の日の給食はバイキング形式、おやつはプリンアラモード作りをしました。いつもと違う雰囲気での食事子どもたちの笑顔が倍増していました。大好きな友達や先生とパーティーのように楽しく食べることで、自分たちで作って食べることは『食』に興味を持ったり、作ってくれる人への感謝の気持ちを育んだり、子どもたちにとってとても良い食育の時間となりました。



みんなで“いただきます”
何から食べようかな？

～ランチメニュー～
シーフードピラフ
煮込みハンバーグ
マッシュポテト
みかん



ハンバーグ
おいしいね！



マッシュポテトも
おいしいよ！

シーフードピラフ
おかわりする～



頑張ってふたをとって
ドキドキしながら
プリンをプッチン！！
ヤッター、プルプルの
プリンがカップから
出てきたよ～

みんな自分だけのプリンアラモードがとってもおいしそうにできあがり。

生クリーム
パイナップル
みかん・桃を
トッピング☆

