

1がつのこんだてひょう



令和2年 北部保育所

		※ 青字は新	<u> </u>	引起年 北部保育所
月	火	水	木	金
6	7 お正月献立	8	9	10
(午前のおやつ1.2歳児)	かりかりいりこ	豆乳スープ	いちごヨーグルト	大豆とごまのせんべい
野菜クラッカー・パスチャライズ牛乳	牛乳	お茶	お茶	<u>お茶</u>
ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
鶏肉のチーズパン粉焼き	ぶりの幽庵焼き ル	大豆とえびの甘酢炒め	魚の塩こうじ焼き	八宝菜
ひじきとツナのサラダ	だて巻き	ごぼうサラダ	れんこんのごまドレ和え	こんにゃくの甘辛煮
しめじのみそ汁 みかん	紅白なます・黒豆 数のすまし汁	春菊のみそ汁 りんご	│ パプリカのおかか炒め │ 豚汁	│ 大根サラダ りんご
フルーツきんとん	<u> </u>	わかめおにぎり	<i> </i>	黒糖蒸しパン
パスチャライズ牛乳	お茶	牛乳	牛乳	半乳
13 成人の日	14	15 誕生会	16 昔の遊びをしよう	17 弁当の日
	麩のココアラスク	チーズ	煮昆布	ぱりぱりせんべい
	牛乳	お茶	牛乳	パスチャライズ牛乳
	ごはん	ガパオライス風	ごはん	
	揚げレバーのケチャップ和え	和風スパゲッティ	白身魚のかぶら蒸し	
	ほうれん草の和え物	根菜のからあげ	あらめの炒め煮	
	南瓜のおだしあんかけ 豆乳入りみそ汁	ピクルス 野菜スープ	│ 小松菜のおかか和え │ どさんこ汁	0 0 0 0
	立孔八905で/ 	野来へ ぽんかん	26/04/1	
	のりおにぎり・かりかりいりこ	アップルケーキ	炒り玄米おにぎり	黄色のおいもグラタン
	牛乳	お茶	牛乳	お茶
20	21	22 すもう大会	23	24
りんご	もっちもちおから	クッキー	粉ふき芋	高野豆腐のしっとりラスク風
パスチャライズ牛乳	お茶	お茶	牛乳	牛乳
			{	[
ごはん	カうどん	ごはん	雑穀ごはん	麦ごはん
松風焼き	ふろふき大根	ちゃんこ鍋	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き	麦ごはん 鶏肉の照り焼き
松風焼き 春雨の酢の物	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物	ふろふき大根	ちゃんこ鍋	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁	ふろふき大根 キャベッとえのきの磯香和え りんご	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物	ふろふき大根 キャベッとえのきの磯香和え りんご	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう	ふろふき大根 キャベッとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん 里芋ごはん	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳 27 きな粉マカロニ	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり 牛乳 28 クッキング かぼちゃとさつま芋のおやき	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん 里芋ごはん 牛乳 29 魚を食べよう 煮豆	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳 30 黒ごませんべい	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅 お茶 31 麩の青のりスナック
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳 27 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり 牛乳 28 クッキング かぼちゃとさつま芋のおやき お茶	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん 里芋ごはん 牛乳 29 魚を食べよう 煮豆 牛乳	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳 30 黒ごませんべい 牛乳	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅 お茶 31 麩の青のりスナック 牛乳
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳 27 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり 牛乳 28 クッキング かぼちゃとさつま芋のおやき お茶 ごはん	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん 里芋ごはん 牛乳 29 魚を食べよう 煮豆 牛乳 酢飯	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳 30 黒ごませんべい 牛乳 ごはん	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅 お茶 31 麩の青のりスナック 牛乳 ごはん
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳 27 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のみそだれ炒め	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり 牛乳 28 クッキング かぼちゃとさつま芋のおやき お茶 ごはん おでん	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん 里芋ごはん 牛乳 29 魚を食べよう 煮豆 牛乳 酢飯 おさしみ	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳 30 黒ごませんべい 牛乳 ごはん 魚の竜田揚げ	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅 お茶 31 麩の青のりスナック 牛乳 ごはん 魚のパプリカソース
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳 27 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のみそだれ炒め 春菊の白和え	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり 牛乳 28 クッキング かぼちゃとさつま芋のおやき お茶 ごはん おでん 納豆和え	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん 里芋ごはん 牛乳 29 魚を食べよう 煮豆 牛乳 酢飯 おさしみ ぶりの照り焼き	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳 30 黒ごませんべい 牛乳 ごはん 魚の竜田揚げ おからの炒り煮	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅 お茶 31 麩の青のりスナック 牛乳 ごはん 魚のパプリカソース 焼きブロッコリー
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳 27 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のみそだれ炒め 春菊の白和え さつま芋のごまがらめ	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり 牛乳 28 クッキング かぼちゃとさつま芋のおやき お茶 ごはん おでん	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和えいよかん 里芋ごはん 牛乳 29 魚を食べよう 煮豆 牛乳 酢飯 おさしみ ぶりの照り焼き 春菊と白菜のおかか和え	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳 30 黒ごませんべい 牛乳 ごはん 魚の竜田揚げ おからの炒り煮 ほうれん草ののり和え	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅 お茶 31 麩の青のりスナック 牛乳 ごはん 魚のパプリカソース 焼きブロッコリー 里芋のごまみそかけ
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳 27 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のみそだれ炒め 春菊の白和え	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり 牛乳 28 クッキング かぼちゃとさつま芋のおやき お茶 ごはん おでん 納豆和え	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん 里芋ごはん 牛乳 29 魚を食べよう 煮豆 牛乳 酢飯 おさしみ ぶりの照り焼き	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳 30 黒ごませんべい 牛乳 ごはん 魚の竜田揚げ おからの炒り煮	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅 お茶 31 麩の青のりスナック 牛乳 ごはん 魚のパプリカソース 焼きブロッコリー
松風焼き 春雨の酢の物 かぼちゃの煮物 かに汁 カルシウムたっぷりかりんとう パスチャライズ牛乳 27 きな粉マカロニ パスチャライズ牛乳 ごはん 豚肉のみそだれ炒め 春菊の白和え さつま芋のごまがらめ	ふろふき大根 キャベツとえのきの磯香和え りんご じゃこおにぎり 牛乳 28 クッキング かぼちゃとさつま芋のおやき お茶 ごはん おでん 納豆和え	ちゃんこ鍋 ブロッコリーのごま和え いよかん 里芋ごはん 牛乳 29 魚を食べよう 煮豆 牛乳 酢飯 おさしみ ぶりの照り焼き 春菊と白菜のおかか和え あら汁	雑穀ごはん 厚揚げの肉みそチーズ焼き 大根の即席漬け 小松菜とじゃこの炒め物 白菜のみそ汁 ヨーグルトスコーン 牛乳 30 黒ごませんべい 牛乳 ごはん 魚の竜田揚げ おからの炒り煮 ほうれん草ののり和え	麦ごはん 鶏肉の照り焼き 里芋のからあげ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー 五平餅 お茶 31 麩の青のりスナック 牛乳 ごはん 魚のパプリカソース 焼きブロッコリー 里芋のごまみそかけ



今年も子どもたちの健やかな 成長を願い、安心・安全でおいし い食事作りをしていきます。 どうぞ、よろしくお願いします。

今月の目標 感謝して食べよう

29日の「魚を食べよう」では、本増屋さんに子どもたちの 目の前で魚をさばいていただきます。そして、まるごと1匹 の魚をいろいろな料理に調理して、給食でいただく予定です。 食材が食べ物になるまでの一連の流れを子どもたちに伝え、 食材やその食材に関わった人に対する感謝の気持ちが持てる ようにしたいと思います。

「いただきます」

食べ物となった生き物の命をいただくことへの 感謝の気持ちが込められています。

「ごちそうさま」

食事を作るために、食材を育てたり集めたり、 料理を作ったりしてくださった人への感謝の気持 ちが込められています。





お正月に食べる『おせち』ってなぁに?

「おせち」は「御節」と書き、家族の健康や幸せを願って お正月に食べる料理です。「おせち」に入っている料理には それぞれ意味があります。

*田作り 豊作祈願

*だて巻き 華やかさを表します

お祝いの水引をかたどったもの *紅白なます

*黒豆 まめ(健康)に暮らせるように 保育所では、7日の献立に取り入れています。



プレゼント



12月のクッキングでは、かもめ組が お楽しみクッキーを作りました。

クリスマス会の日の昼寝中に、クリスマスプレゼントに見立てて、子ど もたちの枕元ヘクッキーの入った箱を置きました。

子どもたちは昼寝から目覚めると箱を見てビックリ!!ワクワクしなが ら箱を開け、「ぼくが作った形だ一」「かわいいのが入ってた一」と喜ん で食べていましたよ。







\$ * * **\$** * * **\$** * * **\$** * * **\$**