



1月献立



2019年度1月予定献立表
 ひまわり第2保育園
 * 献立は変更する場合があります。

月	火	水	木	金	土
ごはん 豚肉と春雨の炒め物 蓮根の煮物 蒸しブロッコリー 味噌汁	ごはん がんもの煮物 手綱こんにやく 紅白なます 味噌汁	小豆ごはん 魚の照り焼き 青菜の浸し 人参の煮物 すまし汁	ごはん 麻婆豆腐 たたきごぼう 昆布の煮物 すまし汁	ごはん 八幡巻き 黒豆 ブロッコリーの ごま和え 味噌汁	炊き込みご飯 味噌汁
6	7	8	9	10	11
りんごきんとん 結び昆布・お茶	七草がゆ・すめ・お茶	田作り・果物・牛乳	のりおにぎり・昆布・お茶	雑煮・いりこ・お茶	パン・果物・お茶
成人の日 	ごはん 煮魚 炒めなます 刻み昆布の煮物 味噌汁	ごはん さつまいもと 大豆の甘辛煮 あらめの炒め物 味噌汁	ごはん 手羽元の煮物 花サラダ けんちん汁	お弁当の日	焼きそば 味噌汁
13	14	15	16	17	18
	さつまいもおにぎり ・すめ・牛乳	きな粉団子・いりこ・牛乳	焼きおにぎり・昆布・お茶	お好み焼き・すめ・牛乳	パン・果物・お茶
ごはん 厚揚げの ゆず味噌焼き ほうれん草の浸し すまし汁	ごはん 焼き魚 ブロッコリーの 白和え 味噌汁	ごはん 大根の そぼろあんかけ キャベツの しらす和え しじみ汁	ごはん ポークビーンズ ごぼうの煮物 すまし汁	ごはん 魚のごま揚げ 人参の煮物 もやしのナムル 味噌汁	<保護者会餅つき> おもち 豚汁
20	21	22	23	24	25
マカロニきな粉 すめ・牛乳	大根のり巻き・いりこ・お茶	青のりおにぎり・昆布・お茶	スティックパン・果物・お茶	さつまいおんおはぎ すめ・牛乳	パン・果物・お茶
ごはん がんもの中華煮 大根の酢の物 味噌汁	ごはん 鮭の ちゃんちゃん焼き 里芋の煮物 すまし汁	<くま組 公開給食> ごはん 高野と干し大根の煮物 ブロッコリーの磯和え 大根スティック 冬野菜のスープ	ごはん 焼鯖と 神在ねぎの煮物 大豆サラダ 味噌汁	ごはん おでん 白菜の浸し 味噌汁	
27	28	29	30	31	
大豆きな粉 いりこ・お茶	小豆おにぎり・昆布・お茶	焼き芋・いりこ・牛乳	あらめおにぎり 昆布・お茶	もちもち黒ゴマ ・すめ・牛乳	



新年あけましておめでとう ございます

1月は天も地も人々もゆったり和み、仲睦まじく過ごす月(=睦月)と言われています。
 家族で新年を迎えられた喜びを分かち合い、新たな気持ちで1年をはじめましょう。

おせちの由来



<黒豆>
まめ(健康)で暮らせるように
<昆布>
よるこぶ
<からんま>
豊年豊作を願う
<きんとん>
見た目が豪華な様子から
<ごぼう>
細長く幸せに暮らせるように

<すめ>
祝い事を表す縁起物
<紅白なます>
お祝いの水引きをかたどった物
<里芋>
子宝に恵まれるように
<手綱こんにやく>
心を引き締め、己を厳しく戒め、戦いに備える心を養うために



おもちつき 楽しかったよ

12月26日にお餅つきをしました。「よいしょー、よいしょー」と元気いっぱいの掛け声と共にぺったんぺったんときねで餅をつく音がホールいっばいに響いていましたよ。つき手に、ぞう組の三原さん、くま組の本田さん、平田さんに来ていただきました。ありがとうございました。
 また、きりん組が育てた大豆できな粉を作り、おもちにつけて食べました。いつものきな粉と一味違い、子どもたちも味わって食べていました。ぞう組が丸めたお餅は年明けに雑煮にして食べる予定です。お楽しみに!!



- ・7日…七草の日
- ・16日…きりん組 みそ作り
- ・17日…お弁当の日
- ・29日…くま組 公開給食
*11:00~13:00を予定しています。
たくさんの参加をお待ちしています。
- ・2月5日…ひよこ組 公開給食を予定しています。

おせち料理の中から…
親子で、作ってみませんか??

りんごきんとん

<材料>
さつまい 500g (中2本位)
砂糖…A
りんご 100g (約1/2ヶ)
砂糖…B

①さつまいは厚めに皮をむき、茹でやすい大きさに切り、水にさらしあく抜きをしてから柔らかく湯でる

②りんごは皮をむき、1/6に切り、8mm位の薄切りにする

③さつまいが柔らかくなったら、茹で水を捨て砂糖Aを加え、溶かすようにつぶしながら混ぜる

④りんごは砂糖Bをふりかけてレンジで5分加熱する

⑤③と④の汁を混ぜて弱火にかけ、途中でりんごを加え、ポタリと落ちるまで練りながら煮詰める

