

1月献立



2020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 がんもの煮物 手綱こんにやくの煮物 紅白なます 味噌汁 5	小豆ごはん 魚の照り焼き たたきごぼう ナムル 味噌汁 6	ごはん 厚揚げマヨ味噌焼き れんこんの煮物 炒めなます すまし汁 7 	ごはん 八幡巻き 黒豆の煮物 ブロッコリーのごま和え 味噌汁 8	そばろごはん 味噌汁 9
	りんごきんとん・結び昆布・牛乳	田づくり・果物・牛乳	七草かゆ・いりこ・お茶	雑煮・するめ・お茶	ジャムトースト・果物・お茶
成人の日 	ごはん 豆腐の五目焼き 切干中華風サラダ 味噌汁 11	ごはん 麻婆豆腐 大根の酢の物 すまし汁 12	ごはん 魚のみぞれ煮 里芋の煮物 青菜のおかか和え 味噌汁 13	ごはん ポークビーンズ 花サラダ すまし汁 14	チャーハン スープ 15
	大根海苔巻き・するめ・お茶	きな粉団子・いりこ・牛乳	大根菜おにぎり・昆布・お茶	里芋餅・いりこ・牛乳	スティックパン・果物・お茶
ごはん 厚揚げの中華炒め ブロッコリーのナムル 味噌汁 18	ごはん さつまいもと大豆の甘辛煮 ごぼうれんこんサラダ 味噌汁 19	ごはん 煮魚 ごぼうと人参の煮物 キャベツのしらす和え 冬野菜のシチュー 20	ごはん 八宝菜 かぶの酢の物 味噌汁 21	ごはん 焼サバと長ネギの煮物 あらめサラダ すまし汁 22	煮込みうどん 蒸しブロッコリー 23
あらめおにぎり・いりこ・お茶	ぜんざい・昆布・お茶	おさつりんごパイ・するめ・牛乳	大根おにぎり・いりこ・お茶	大学芋・昆布・牛乳	ほうれん草パン・果物・お茶
ごはん がんもの煮物 あらめの煮物 ほうれん草のおひたし 味噌汁 25	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ブロッコリーの白和え すまし汁 26	ごはん 炒り鶏 納豆サラダ すまし汁 27	ごはん おでん ブロッコリーののり和え 味噌汁 28	お弁当の日 	梅じゃこごはん 豚汁 30
刻み昆布おにぎり・昆布・お茶	さつまいも蒸しパン・するめ・牛乳	もちもち黒ごま・いりこ・お茶	マカロニきな粉・するめ・牛乳	さつまいもあんおはぎ・昆布・お茶	黒糖パン・果物・お茶

新年あけましておめでとうございます

お正月をみなさんどのように過ごされたでしょうか。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年を始めましょう。

みなさん、おせち料理は食べられましたか？お家でおせち料理を作られる家庭は年々減っていますが、長寿や子孫繁栄を願う料理がたくさん使われています。

おせち料理の意味

<黒豆>

まめ(健康)で暮らせるように

<昆布>

よろこぶ

<からんま>

豊年豊作祈願(江戸時代に高級肥料として片口いわしが使われたことから)

<きんとん>

黄金色に輝く財宝にたとえて、豊かな1年を願う料理

<手綱こんにやく>

結び目のような形から縁を結ぶとも考え、「良縁成就」の縁起を担っています

<ごぼう>

細く長く幸せに

<するめ>

祝い事を表す縁起物

<紅白なます>

お祝いの水引をかたどったもの

<さといも>

小芋がいっぱいあるので

子宝に恵まれるように



～お餅美味しかったよ～



今年はコロナウイルスの影響で、例年保護者さんをお願いしている餅のつき手をお願いできないため、保育士とぞう組さんでつきました。「よいしょ！よいしょ！」というみんなの掛け声とともにぞう組さんも真剣な表情で杵でついていました。ついたお餅はぞう組さんが丸めてくれ、おやつにきな粉餅にして美味しく食べましたよ。きりん組さんは自分たちで育てた大豆で作ったきな粉をかけて食べましたよ。

半分は1月8日の雑煮に入れて食べる予定です。

～みそを作りました！～



きりん組さんが味噌を作りました。自分たちが作った大豆を使い、麴の匂いに「臭い」と言いながら、頑張って作りました。硬くて重いみそくり機を力いっぱい回し、出てきたつぶれた大豆を見て「出たー！！」と歓声を上げていました。つぶした大豆を丸めて樽に投げるときに「おいしくなれ！」と入れたのできりん組さんがぞう組さんになってみそが完成する頃には美味しいみそになっていると思います。

みその樽に蓋をして給食室に持ってきた後、最後に樽に入れる前に作った味噌玉が印象的だったようで、「お団子つくったよ～」と他のクラスへ教えに行っていました。みそが完成するのは来年の10月頃です。

今月はおせちやお正月に食べる縁起の良い料理をたくさんいれています！

5日:手綱こんにやく 紅白なます、きんとん、結び昆布

6日:たたきごぼう、田づくり

7日:炒めなます

8日:八幡巻き、黒豆、雑煮

14日:里芋