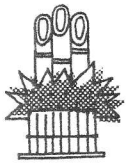


平成24年



1月 献立予定表

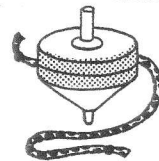


こぐま保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2)	3)	4)	5) 保育始め ごはん 豚バラ肉と大根の煮込み さつま芋・人参の含め煮・みそ汁 雑煮	6) 三草揃ひ ごはん 磯辺ひょうす 黒豆 白菜ごま和え みそ汁 フルーツヨーグルト	7) そぼろ丼 みそ汁 牛乳
9) 成人の日	10) ごはん おでん 酢の物 フルーツ みそ汁 ふかしもち	11) ★湯桶うどん カレイの干物 白和え フルーツ	12) 子どもパン 鶏肉のバツバツ焼 マカロニサラダ 小松菜ソテー スープ	13) ごはん 魚のみそ煮 肉じゃが 法蓮草の磯辺和え みそ汁	14) 菜めし 豚汁 牛乳
16) ごはん 豆腐ステーキ 大根の香り煮 小松菜の中華炒め みそ汁 さつま芋のオムレツ	17) 年長クッキング 弁当デー 	18) にゅう麺 高野豆腐の含め煮 人参の金平 ラップおにぎり	19) 施設開放日 ごはん ★親子焼肉 白菜のしゃも和え 里芋の煮物 みそ汁 あべ川団子	20) ごはん エつま芋の空揚げ 納豆和え 酢の物 魚のつみ入れ汁 りんご入りむしパン	21) 煮込み ラーメン フルーツ 牛乳
23) 大根飯 筑前煮 白菜磯辺和え みそ汁 黒ごまマフィン	24) ごはん 魚のあげほの揚げ ひじきと大豆の煮物 酢のみそ和え みそ汁 芋もち	25) 五目焼きそば 中華和え うの花のひり煮 野菜スープ ふかしもち・みかん	26) (組分け) 合宿 子どもパン 鶏のから揚げ ポテトサラダ ブロッコリーごま和え 揚げ大根スープ ラップおにぎり	27) スキー合宿 里芋ごはん 塩焼魚 大根と人参の煮物 野菜の煮浸し みそ汁 チーズビスケット	28) 研修会 フウ ロールパン フルーツ 牛乳
30) ごはん 鶏手羽元の煮付け ブロッコリー 里芋の空揚げ フルーツ・スープ ふかしもち	31) さくら餅 ごはん 魚の照り焼き 法蓮草のごま和え 大根の煮もの みそ汁 マカロニのあべ川			★2年初のリアレストメニューは 2名です。 ・小玉つきさん ハンバーグ ・平部冬弥さん うどん お楽しみに!!	

※都合により、献立・おやつに変更があります

迎春 本年も健康で過ごしましょう



給食スタッフ
一回

日本の正月には、雑煮やおせち料理が欠かせません。おせち料理は、その地方、また家庭によってそれぞれの形や味付けがありますが、最近ではデパートやインターネットで購入できる時代になりだんだんと特色が薄れてきているようです。お餅にしても家庭で作っているところはあまりないようです。このお餅も全国各地で四角だったり、丸だったり様々で、中に入る具も鶏肉・魚・黒豆・野菜・のりなどと食べ方の違いはあっても、固くなれば焼いたりして食べます。又正月飾りや古いお札などを一緒に下き上げる」とんち行事、などでも焼き餅にしたり、せむぎいにして食べ、その年一年の健康と幸福を祈ります。

時代がどんなに変わっても、毎日のために「食事」の甲にこそ、生きる営みの源があります。食事が食しかつた時代にも、物があふれている時代にも、栄養不良が病気と大きくかかわっている場合が多いと聞きます。女性でも男性でも年令を問わずに、食事を家庭で作らず、総菜を買って来て食べたリ、外食で済ませたりと何とも味気のない内容になっている家庭もあるようです。どんな料理でもけっ、時には子どもに相談をして一緒に作ったりすることで台所に立つ楽しさを体験したり、させたりしましょう。食事は楽しいこと、そして一緒に食卓を囲んで、毎日の食事作り、日常茶飯の中にこそ、家族皆の健康と幸福がひそんでいることを知ましょう。今何よりも大切なことは「家庭の食事」ではないでしょうか。一年間よろしくお祈りします