



1月の給食だよ!

1月の献立表

曜日/日	未満児おやつ	副食	食	3時のおやつ
月 27	牛乳 白い風船	白菜と肉団子のスープ もやしのナムル	白菜と肉団子のスープ	デコポン 野菜かりんとう
火 14 28(祝)	お茶 マンナビスケット	ポーグピーンズ きゅうりヒツナの酢の物	ポーグピーンズ	ミルク きなこサンド
水 15 29	バナナ	白雪ひじき キャロットサラダ	白雪ひじき キャロットサラダ	牛乳 野菜キッシュ
木 16 30	牛乳 星たべよせんべい	えびの卵とじ 小松菜のサラダ風おひたし	えびの卵とじ 小松菜のサラダ風おひたし	お茶 いもきんとん
金 17 31	お茶 サッポロポテト	魚の竜田揚げ ブロッコリーとトマトの黒ごまサラダ えのきの味噌汁	魚の竜田揚げ ブロッコリーとトマトの黒ごまサラダ えのきの味噌汁	牛乳 松風焼き
土 4 18	みかん缶	カレーうどん りんごジュース	カレーうどん りんごジュース	牛乳 パン
月 6 20	お茶 おとっと	沢煮椀 マカロニサラダ	沢煮椀 マカロニサラダ	ミルク クリームチーズとブルーベリーのマフィン
火 7 21	牛乳 ぱりんこせんべい	魚の野菜あんかけ 大根の味噌汁	魚の野菜あんかけ 大根の味噌汁	ミルク ポリンキー
水 8(火) 22	お茶 丸ボーロ	切り昆布の炒め煮 柿なます	切り昆布の炒め煮 柿なます	みかん 味らべせんべい
木 9 23	みかん	ピーンシチュー ほうれん草の白和え	ピーンシチュー ほうれん草の白和え	バナナ ぼたぼた焼きせんべい
金 10 24(祭)	牛乳 源氏パイ	魚の味噌マヨネーズ焼き 根菜のきんぴら	魚の味噌マヨネーズ焼き わかめスープ 根菜のきんぴら	フルーツヨーグルト和え
土 11 25	お茶 棒チーズ	スープスパゲティ みかん	スープスパゲティ みかん	牛乳 パン

*都合により献立を変更する場合があります。



お誕生日会メニュー

- 1月28日(火)
中華風おこわ
チキンナゲット
パンサンデー
卵豆腐のすまし汁
牛乳・ロールケーキ
未満児：326kcal
以上児：410kcal

バイキングメニュー

- ⊕ 1月8日(水) ⊕
ななとこすし
鶏の照り焼き
伊達巻き
紅白なます
未満児：289kcal
以上児：365kcal ⊕

お弁当の日



1月24日(金)



あけましておめでとございます

新しい年を迎え、清々しい毎日をご過ごされていることと思います。今年も、子どもたちの健康と成長を支え、安全でおいしい給食を提供してまいります。寒さが厳しい時期ですが、よく食べ、よく遊び、よく寝て、元気いっぱい毎日の毎日を楽しみましょう。

Q.食育クイズ はくさい1玉に付いている葉は、おおよそ何枚でしょうか?
① 80枚 ② 10枚 ③ 50枚 A. ① 80枚



品種で違いはありますが、玉になるのは、80~100枚の葉が必要で、ビタミンCや食物繊維が豊富な冬が旬の野菜です。

令和7年1月4日 とほく認定こども園・分園

お楽しみ行事



本園でもローストチキンははじめ、おいしいそうなメニューに気分も盛り上がります。どれだけ食べようかなあ?



分園でローストチキンのお披露目。おいしい匂いにつられて興味津々。食べちゃいそうな表情でした。



6月の田植えから10月の福刈りまで長い期間を待ち、ようやくご飯を食べられます。手をかけた分おいしそうです。

食べ過ぎたり飲みすぎたり、寝て食べたり、こんな時、おなかの中の様子を話し、正しく食事をするこの大切な話しました。



食べ物カードを使い、皆でお弁当作りに挑戦! 3色のバランスがとれた彩りのきれいなお弁当ができ、楽しさを話し合いました。