



1月こんだて

令和5年 1月 1日

吉井北保育園

給食目標



感謝の気持ちを持って食事をしましょう

日	曜	こんだてめい		おやつ		
				9時(未満児)	3時(共通)	
1	日	正月休み				
2	月					
3	火					
4	水	ご飯	運試しカレー 野菜サラダ ごまめ コンソメスープ 果物	蒸しパン	牛乳	うさぎクッキー 煮豆
5	木	ご飯	きつねうどん かき揚げ だし巻き卵 柿なます 果物	人参グラッセ	牛乳	三色団子
6	金	麦茶ご飯	魚の照り焼き 筑前煮 水菜の和え物 なめこのみそ汁 果物	きなこトースト	牛乳	七草がゆ
7	土	ご飯	豚肉と野菜のみそ炒め 春雨の酢の物 白菜のみそ汁 果物	りんご煮	牛乳	蒸し芋
8	日					
9	月	成人の日				
10	火	ご飯	鶏のから揚げ ワカメの酢の物 昆布巻き シチュー 果物	厚揚げ	牛乳	チーズパン
11	水	わかめご飯	魚のフライ 高野の炒り煮 小松菜の和え物 豚汁 果物	こふき芋	牛乳	ぜんざい
12	木	パン	ナポリタンスパゲティ フレンチサラダ 野菜スープ 果物	磯辺卵焼き	牛乳	五目いなり
13	金	ご飯	ギョロツケ 豚大根 白菜の和え物 けんちん汁 果物	豆腐煮	牛乳	大学芋
14	土	ご飯	ハヤシライス 彩りサラダ ほうれん草スープ 果物	きな粉団子	牛乳	そうめん汁
15	日					
16	月	ご飯	鶏のみそ焼き カブの酢の物 揚げ里芋 豆腐のすまし汁 果物	じゃが煮	牛乳	ポンデリング
17	火	雑穀ご飯	コロッケ りんごのサラダ 大根の煮物 豆乳味噌スープ 果物	南瓜グラッセ	牛乳	ピザトースト
18	水	ご飯	魚の塩焼き 五目金平 ポテトサラダ のっぺい汁 果物	高野豆腐煮	牛乳	芋あんまんじゅう
19	木	ご飯	手作りがんも ひじきの炒り煮 キャベツ和え もやしのみそ汁 果物	焼きリンゴ	牛乳	チヂミ
20	金	パン	ハンバーグ 野菜ダサラダ こふき芋 角切りスープ 果物	さつま芋煮	牛乳	ひじきおにぎり
21	土	ご飯	八宝菜 春雨サラダ チンゲン菜スープ 果物	マカロニあべかわ	牛乳	ホットケーキ
22	日					
23	月	麦ご飯	つくねの磯辺焼き 山吹和え 揚げ出し豆腐 えのきのすまし汁 果物	ドライポテト	牛乳	バナナマフィン
24	火	ご飯	すき焼きうどん カブとツナのサラダ 里芋のみそ汁 果物	南瓜煮	牛乳	雑炊
25	水	ご飯	魚の揚げ煮 じゃが芋のそぼろ煮 白菜のおかか和え さつま汁 果物	みたらし団子	牛乳	あんこパイ
26	木	誕生会	花型ちらし寿司 鶏天 大根サラダ さつま芋の甘煮 麩のすまし汁 果物	トースト	ヤクルト	マーブルケーキ
27	金	ご飯	魚のピカタ 白菜と豚肉の炒め煮 もやしのゴマ和え 豆腐のみそ汁 果物	里芋煮	牛乳	コロコロドーナツ
28	土	ご飯	鶏と野菜のトマト煮込み ほうれん草ソテー 大根のすまし汁 果物	蒸し芋	牛乳	黒糖蒸しパン
29	日					
30	月	ご飯	ポテトオムレツ ブロッコリーのマヨ焼き 彩りし和え ミルクスープ 果物	卵焼き	牛乳	石垣団子
31	火	ご飯	鶏の竜田揚げ れんこん金平 りんご酢和え わかめのすまし汁 果物	ドライ人参	牛乳	ハンバーガー



明けましておめでとうございます。

1月は雑煮、おせち、七草、鏡開き…と、昔から伝わる行事食があります。古き良き日本の食には意味があります。子ども達に行事食の大切さや意味を伝えながら、今年も美味しい給食を提供していきたいと思ひます。

