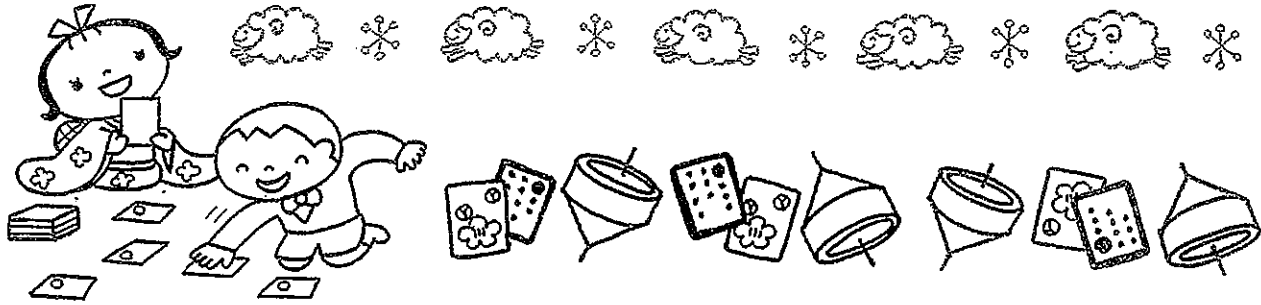




給食だより

2018年1月
五十川保育園

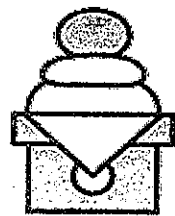


あけましておめでとうございます。新年を迎え、皆様一人々の気持ちも新たになった事と思います。寒い日々が続いていますが、これからまた一段と冷え込む季節です。寒さに負けない様に外から帰ったら、うがい、手洗い、そして十分な睡眠、バランスの取れた三度の食事を心掛けましょう。風邪の予防の為にビタミンC(柑橘類・小松菜・大根・ピーマンなど)を沢山摂取しましょう。今年も一年、子ども達に喜ばれる美味しい給食作りを頑張っていきたいと思っております。今年もよろしくお願ひいたします。



お正月は一年の大切な節目です。

お正月に食べる伝統的な日本料理には、『家族が健康に過ごせますように』との願ひがこめられた様々な工夫があります。



1月1日は一般的に鏡開き(かかみびらき)が行われます。

鏡開きとは、お正月に飾っていた鏡もちを下げ、ぜんざいや雑煮などにして食べる行事のことです。

鏡もちの形と飾りにも意味があり、もちの丸い形は円満を表し、飾りの橙(だいたい)は『代々(だいたい)子孫が続くように』との願ひが込められています。

鏡もちに包丁を入れて切ってしまうと、宿っている歳神様との縁まで切ってしまうため、かなづちや手で割り、「割る」「砕く」という言葉は使わずに

「開く」と、縁起の良い表現を使います。

これが「鏡開き」の語源になったと言われています。

また、鏡もちを食べることを「歯固め(はがため)」と言い、歯を丈夫にして歳神様に長寿を願う意味もあるとされています。



献立表

日	曜	昼食	3時	3歳未満児追加		延長
				10時		
4	木	4日麦御飯 コロッケ 18日麦御飯 春雨の味噌汁 牛肉と玉葱のカレー炒め ミニトマト 春雨の味噌汁	☉ ぼんかん ミレービスケット	☉	ウエハース	ジャージャー麺 桃缶
5	金	麦御飯 清汁 ウイナーのオムレット 五色なます ゆでブロッコリー	七草がゆ	☉	パイン缶	御飯 肉豆腐 味噌汁
6	土	きのこのスープスパゲティ 野菜ジュース バナナ	☉丸ボーロ	☉	桃缶	
22	月	麦御飯 鶏肉と大根のカレーじゃようゆ煮 三平汁	☉ 黒ゴマとチーズ入り クッキー	☉	みかん	御飯 野菜炒め 流し卵汁
9	火	ミルクパン コンソメスープ シュンユイ ミニトマト ほうれん草の五目炒め	☉ 甘食	☉	チーズ	御飯 マカロニサラダ ミートボールシチュー トマト風味
10	水	麦御飯 だぶ カリフラワーとブロッコリーのサラダ	☉ マカロニの きな粉和え	☉	りんご	鮭御飯 レタス 鶏の唐揚げ 呉汁
11	木	麦御飯 清汁 魚の味噌煮 サラダ菜 白菜のサラダ	ぜんざい 炒りいりこ	☉	苺	カレーうどん バナナ
12	金	麦御飯 がんもどきの中華風うま煮 チンゲン菜のミルクスープ	飲むヨーグルト ポテトドーナツ	☉	桃缶	御飯 ミニトマト 豚肉の南部焼き のっぺい汁
13	土	味噌ラーメン りんごジュース バナナ	☉せんべい	☉	チーズ	
15	月	シーチキン御飯 ポトフ 洋風白酢和え	☉ 肉万十	☉	ぼんかん	御飯 レタス 魚の天火焼き ベーコンスープ
16	火	ぶどうパン 豚カツ レタス 野菜スープ	☉ 苺のケーキ	☉	せんべい	御飯 春雨のそばろ煮 卵スープ
17	水	麦御飯 味噌汁 魚のマヨネーズ焼き ゆでブロッコリー 小松菜とちくわの炒め物	☉ スイートポテト	☉	バナナ	御飯 高野豆腐の八目煮 清汁
行事	23日	誕生会				☉ スキムミルク
昼食		えびピラフ 鶏のマリネ焼き レタス フレンチサラダ コーンスープ 一口ゼリー				☉ 豆乳 ☉ 牛乳
3時		ぶどうジュース 苺のケーキ				