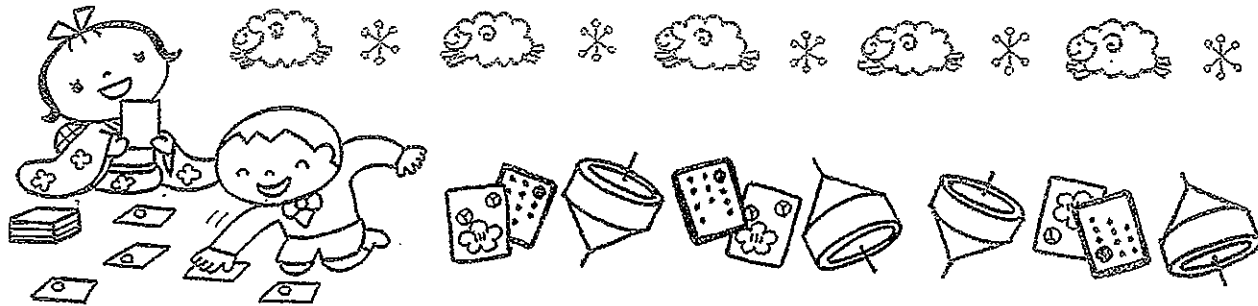


# 給食だより

2018年1月  
五十川保育園

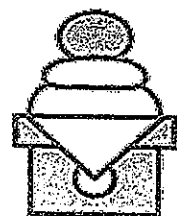
## 献立表



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ひます。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事です。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。



日	曜	昼食	3歳未満児追加	延長
			10時	
4	木	初期:おかゆ・人参・キャベツ 中期・後期:おかゆ・人参スティック 2色野菜の煮物・わかめスープ	⊕ ウエハース	
5	金	初期:おかゆ・玉葱・人参・じゃが芋・ブロッコリー 中期・後期:おかゆ・人参スティック マッシュポテト・清汁	⊕ パイン缶	
6	土	初期:うどんのくたくた煮・つぶしバナナ 中期・後期:煮込みうどん・バナナ	⊕ 桃缶	
22	火	初期:おかゆ・人参・キャベツ・大根・じゃが芋 中期・後期:おかゆ・人参スティック 鮭の野菜和え・味噌汁	⊕ みかん	
9	火	初期:おかゆ・玉葱・人参・木綿豆腐・白身魚 中期・後期:おかゆ・人参スティック 白身魚の野菜和え・ほうれん草のスープ	⊕ チーズ	
10	水	初期:おかゆ・人参・里芋・ブロッコリー 中期・後期:おかゆ・人参スティック 里芋の煮物・清汁	⊕ りんご	
11	木	初期:おかゆ・人参・じゃが芋・鮭 中期・後期:おかゆ・人参スティック 鮭の野菜和え・野菜スープ	⊕ 苺	
12	金	初期:おかゆ・玉葱・人参 中期・後期:おかゆ・人参スティック 二色野菜のコトコト煮・チンゲン菜のスープ	⊕ 桃缶	
13	土	初期:うどんのくたくた煮・つぶしバナナ 中期・後期:煮込みうどん・バナナ	⊕ チーズ	
15	月	初期:おかゆ・玉葱・人参・キャベツ・じゃが芋 中期・後期:おかゆ・人参スティック マッシュポテト・野菜スープ	⊕ ぼんかん	
16	火	初期:おかゆ・玉葱・人参・キャベツ・じゃが芋 中期・後期:おかゆ・人参スティック 四色野菜の煮物・清汁	⊕ せんべい	
17	水	初期:おかゆ・玉葱・人参・じゃが芋・白身魚 中期・後期:おかゆ・人参スティック 白身魚の野菜和え・みそ汁	⊕ バナナ	
<p>行事 23日 誕生会 初期:おかゆ・人参・玉葱・キャベツ 中期・後期:おかゆ・人参スティック・三色野菜の煮物・コーンスープ ※初期は毎日ペースト状になります。</p>				

⊕牛乳