

1月の給食献立予定表 大野保育園

令和6年12月27日
担当 井上さとみ 澤田茉莉 大田希

寒さが一段と厳しくなり、風邪が流行する季節です。風邪を予防するには、「栄養バランスもよい食事」「適度な運動」「十分な睡眠」を心がけ、手洗いやうがいをする習慣をつけて、家族で風邪の予防対策をしましょう。来年子ども達が「おしく」「楽しく」「笑顔になれる」給食を作っていきますのでよろしくお祈りします。



1月7日 七草粥
【セリ ナズナ ゴギョウ ハコベラ ホトケノザ スズナ(カブ) スズシロ(大根)】
七草粥を食べると、一年間元氣過ごすことができるといわれています。
ビタミンやミネラルも豊富です。お正月のごちそうで胃腸に負担がかかっている体には、格好の食事といえるでしょう。
保育園では、1月7日(火)に七草汁を作り無病息災を願って食べます。子どもと一緒に、お散歩に出かけ春の七草を見つけてみませんか？

- 《1月行事予定》
- 6日...新年の集い
 - 10日...年長陶芸 13:00~15:00
※保護者参加行事です。
 - 14日~19日いのちかがやく子ども美術 熊本展
※全園児の自由画を県立美術館本館で展覧会します。
 - 21日...1月生まれの誕生会
(完全給食です。3.4.5歳児は、ご飯はいりません)
 - 23日...年長児ありあけ防災館見学(午後)
- 《1月生まれの年長児》
いません



サンチュ ブロccoli 大根 晩白柚

・大野保育園では3.4.5歳の以上児さんは株式会社ヤマテクさんのスズ姫草を使用していますので箸はいりません。白ご飯のお弁当のみ持ってきてください。
・誕生会の日は完全給食なので3.4.5歳の以上児さんは白ご飯はいりません。
・●印は自然食品です。

冬野菜も立派に育ち、たくさん給食に取り入れています。

1月1日~3日お正月休みです。4日に元気に会いましょう。

日	曜	行事	未満児おやつ	副食	材料名	おやつ	おやつの材料名
1	水						
2	木						
3	金						
1月1日~3日お正月休みです。4日に元気に会いましょう。							
4	土		人参スティック	ツナピラフ 卵スープ	米・ツナ・人参・しめじ・コンソメ・醤油、卵・玉ねぎ・えのき・鶏がら スープ・塩・ごま油	クッキー お茶	薄力粉・バター・砂糖、麦茶 パック
5	日						
6	月	新年の集い 身体測定週間	きゅうりスティック	ポークカレー リンゴ 紅白なます	豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・じゃが芋・パーモントカレー(いり組はカ レーの王子様)、リンゴ、大根・人参・酢・砂糖・淡口醤油・塩	あげのおにぎり お茶	米・寿司あげ・砂糖・醤油・ すりごま、麦茶パック
7	火		●とうもろこしでつ くったパフスナック 塩味	鶏肉のごま甘辛煮 ごぼう・れんこん 七草汁	鶏肉・ニンニク・生姜・すりごま・ごぼう・れんこん・砂糖・醤油、七草 (セリ・ナスナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ)・干し 椎茸・白菜・人参・長ねぎ・だしかつお・淡口醤油・塩	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・パイン缶、牛乳
8	水		大根スティック	サバの塩焼き 塩キャベツ・ミニトマト 栄養サラダ 豆腐の味噌汁	サバ・酒・塩、キャベツ・塩、ミニトマト、鶏ささみ・じゃが芋・スパゲッ ティ麺・きゅうり・人参・マヨドレ・塩、豆腐・油あげ・だしりこ・味噌・ 菌ちゃんふりかけ	ニラチヂミ 牛乳	ニラ・玉ねぎ・人参・薄力 粉・片栗粉・鶏ガラスープ、 牛乳
9	木		茹でじゃが芋	鶏ささみと人参かき揚げ ミニトマト わかめスープ	鶏ささみ・人参・玉ねぎ・いんげん・薄力粉・塩・揚げ油、ミニトマト、わ かめ・きくらげ・しめじ・じゃが芋・鶏がらスープ・塩・ごま油	ポパイプリッツ 牛乳	ほうれん草・薄力粉・砂糖・ すりごま、牛乳
10	金	年長陶芸教室 (保護者参加)	バナナ	厚揚げのトマト煮 春雨汁	豚こま・厚揚げ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・トマト・ケチャップ・ウスター ソース・中華あじ・砂糖・塩、鶏肉・春雨・しめじ・水菜・かまぼこ・鶏ガ ラスープ・塩	ぜんざい お茶	小豆・砂糖・塩・小玉もち 団子粉(2歳未満はさつま 芋ぜんざい)、麦茶パック
11	土		人参スティック	ちゃんぽん バナナ	豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・かまぼこ・いんげん・ちゃんぽ ん麺・ちゃんぽんスープ、バナナ	わかめおにぎり お茶	米・混ぜ込みわかめ、麦茶 パック
12	日						
13	月	成人の日					
14	火	いのちかがやく 子ども美術熊本 展(14日~19日)	●こめせんべい	鶏肉のガーリックマヨ焼き こふき芋 海藻ごまおかつサラダ えのき味噌汁	鶏肉・ニンニク・マヨドレ・酒・醤油、じゃが芋・塩、海藻ミックス・わか め・キャベツ・人参・しめじ・かまぼこ・砂糖・醤油・すりごま・カツオ パック、えのき・玉ねぎ・だしりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	のりおにぎり・たくあん お茶	米・塩・焼きのり、たくあん、 麦茶パック
15	水		茹でさつま芋	ホキのケチャップ焼き ブロccoli ひじきサラダ 豆腐と豆苗のすまし汁	ホキ・酒・醤油・ケチャップ、ブロccoli・塩、ロースハム・ひじき・レタ ス・小松菜・人参・すりごま・酢・砂糖・淡口醤油・塩・ごま油、豆腐・豆 苗・だしかつお・淡口醤油・塩	バナナケーキ 牛乳	バナナ・油・薄力粉・ベー キングパウダー・砂糖、牛乳
16	木		人参スティック	豆腐の落とし揚げ ミニトマト ごぼうのきんぴら じゃが芋味噌汁	豚挽き肉・絞豆腐・玉ねぎ・椎茸・ひじき・生姜・砂糖・醤油・片栗 粉・揚げ油、ミニトマト、ごぼう・天ぷら・人参・ニラ・すりごま・砂糖・醬 油、じゃがいも・油あげ・だしりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	にゅう麺 お茶	そうめん・玉ねぎ・ねぎ・だ しかつお・淡口醤油・塩、麦 茶パック
17	金		バナナ	麻婆豆腐 中華スープ かぼちゃレーズンサラダ	豚挽き肉・豆腐・玉ねぎ・人参・椎茸・ニラ・中華あじ・赤味噌、えの き・豆苗・鶏がらスープ・ごま油・塩、かぼちゃ・レーズン・マヨドレ・塩	パン 牛乳	強力粉・ドライイースト・砂 糖・塩・油、牛乳
18	土		大根スティック	豚汁 海苔おにぎり	豚肉・ごぼう・大根・里芋・白菜・長ねぎ・だしかつお・味噌、米・塩・焼 き海苔	カップケーキ お茶	薄力粉・ベーキングパウ ダー・バター・砂糖、麦茶 パック
19	日						
20	月		リンゴ	鶏と大根のうま煮 えのきスープ カリフラワーの酢味噌和え	鶏肉・大根・こんにゃく・人参・椎茸・空心菜・砂糖・醤油、えのき・玉 ねぎ・鶏がらスープ・塩、カリフラワー・わかめ・きゅうり・すりごま・か まぼこ・酢・味噌・砂糖	わかめごまおにぎり お茶	米・混ぜ込みわかめ・すり ごま、麦茶パック
21	火	誕生会	●ポテとほうれん草 のおせんべい	ごまゆかりご飯 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 白菜味噌汁 みかん	米・すりごま・ゆかり、豆腐・鶏挽肉・合挽肉・鶏レバー・玉ねぎ・人 参・鶏がらスープ・ケチャップ・ウスターソース・砂糖・醤油、ロースハ ム・マカロニ・キャベツ・キュウリ・マヨドレ、白菜・油あげ・だしりこ・ 味噌・菌ちゃんふりかけ、みかん、ミニトマト	誕生会ケーキ 牛乳	アニヴェルセルのケーキ (アレルギー除去:薄力粉・砂 糖・ベーキングパウダー・豆乳 生クリーム・みかん)、牛乳
22	水		大根スティック	魚と野菜のちぎり天 ミニマト きのことチンゲン菜のスープ	ハモすり身・絞豆腐・ごぼう・ひじき・人参・小ねぎ・片栗粉・砂糖・醬 油・揚げ油、ミニトマト、しめじ・椎茸・舞茸・チンゲン菜・玉ねぎ・かま ぼこ・鶏がらスープ・塩	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	かぼちゃ・薄力粉・ベーキ ングパウダー・砂糖、牛乳
23	木	年長児ありあけ防 災館見学(午後)	人参スティック	高野豆腐のひじき煮 豆乳味噌汁	鶏肉・高野豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・ひじき・じゃが芋・小松菜・ 砂糖・醤油、無調整豆乳・油揚げ・白菜・しめじ・長ねぎ・だしかつお・ 味噌・菌ちゃんふりかけ	さつま芋チップス 牛乳	さつま芋・揚げ油、牛乳
24	金		きゅうりスティック	鶏肉の胡麻照り焼き 人参スティック 野菜のゆかり和え じゃが芋の味噌汁	鶏肉・ニンニク・生姜・砂糖・醤油・すりごま、人参・塩、キャベツ・きゅ うり・かまぼこ・ゆかり、じゃが芋・玉ねぎ・だしりこ・味噌・菌ちゃん ふりかけ	リッツサンド 牛乳	リッツクラッカー・いちごジャ ム、牛乳
25	土		おととと	ごぼう天うどん バナナ	ごぼう・薄力粉・塩・揚げ油・うどん麺・かまぼこ・小ねぎ・だしかつお 醤油・淡口醤油・塩、バナナ	そぼろおにぎり お茶	米・鶏ひき肉・すりごま、麦 茶パック
26	日						
27	月		ブロccoli	マカロニ豆乳グラタン ミニマト 野菜スープ	鶏肉・マカロニ・かぼちゃ・しめじ・人参・豆乳・薄力粉・鶏がらスープ・ 豆乳シュレッド・パン粉、ミニトマト、かまぼこ・玉ねぎ・白菜・えのき・ パセリ・コンソメ	混ぜご飯おにぎり お茶	米・鶏肉・ごぼう・椎茸・砂 糖・醤油、麦茶パック
28	火	絵本の日	●にんじんせんべい	肉野菜炒め リンゴ 里芋ときのこの味噌汁	豚肉・生姜・ニンニク・キャベツ・もやし・人参・玉ねぎ・中華あじ、リン ゴ、里芋・しめじ・椎茸・油あげ・だしりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	うどんかりんとう 牛乳	うどん麺・薄力粉・揚げ油、 牛乳
29	水		茹でじゃが芋	サバと大根の味噌煮 おからサラダ わかめ汁	サバ・生姜・大根・砂糖・醤油、おから・人参・キャベツ・ツナ缶・マヨ ドレ、わかめ・玉ねぎ・かまぼこ・だしかつお・薄口醤油・塩	さつま芋パン 牛乳	強力粉・ドライイースト・砂 糖・塩・油・さつま芋、牛乳
30	木		ごぼうスティック	五目煮 白菜の昆布和え えのき味噌汁	鶏肉・れんこん・ごぼう・椎茸・人参・里芋・小松菜・砂糖・醤油、白菜・ 水菜・刻み昆布・塩、えのき・油あげ・だしりこ・味噌・菌ちゃんふり かけ	ウインナーマフィン 牛乳	ウインナー・玉ねぎ・人参・ 薄力粉・ベーキングパウ ダー・砂糖・パセリ、牛乳
31	金	災害訓練	バナナ	鶏肉の甘酢煮 人参スティック 豆腐と大根の味噌汁	鶏肉・ニンニク・酒・酢・砂糖・醤油、人参・塩、豆腐・油あげ・大根・し めじ・だしりこ・味噌・菌ちゃんふりかけ	お好み焼き お茶	薄力粉・豚肉・もやし・玉ね ぎ・キャベツ・山芋・だしか つお・お好みソース・カツオ パック・青のり、麦茶パック