

2018年
1月

A HAPPY
NEW YEAR

つくし・どんぐり組

2018年
1月献立予定

新しい年を迎え、ご家族で楽しく過ごされたことと思います。1月は寒さも厳しく、体調も崩しやすい月です。年末年始で乱れてしまった生活リズムを少しずつ整えるためにも、あたたかい朝ごはんをしっかり食べて、一日を元気に過ごせるようにしていきましょう。
《栄養三色》元気な体をつくるために、食品を働きによって三色に分けています。
ご家庭の食事でも毎食栄養三色が揃うように気をつけましょう。

2017年12月27日
千里山グレース付属保育園

日付		献立	働 き (材 料)			
			□熱や力の素となるもの(黄色)	○血や肉や骨となるもの(赤色)	△体の調子を整えるもの(緑色)	調味料など
5日 (金)	昼食	鮭ごはん マセドニアサラダ すまし汁 みかんゼリー	米。 ジャがいも、ノンエッグマヨネーズ。 麩。	塩鮭。 ハム(ポーク)。	パセリ。 胡瓜、人参。 えのき茸、みつば。 みかんゼリー。	塩。 酢、塩、こしょう。 醤油、塩、削り節、出し昆布。
	午後 おやつ	牛乳 スイートポテト	牛乳。 スイートポテト(加工品)。	牛乳。		
9日 (火)	昼食	五目焼きそば 白菜スープ 果物	中華麺、ごま油。 ごま油。	豚肉。 貝柱水煮。	玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし、 ピーマン。 白菜、人参。	鶏がらスープ、醤油、 塩、こしょう。 鶏がらスープ、醤油。
	午後 おやつ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳。 マカロニ、砂糖。	牛乳。 きな粉。		
10日 (水)	昼食	親子丼 小松菜のおひたし みそ汁 ゆずゼリー。	米。 砂糖。 	卵、鶏肉。 花かつお。 京揚げ。	玉ねぎ、人参、みつば。 小松菜。 大根、人参、青ねぎ。 ゆずゼリー。	醤油、塩、だしの素。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 ビスケット ポップコーン	牛乳。 ビスケット、ポップコーン。	牛乳		
11日 (木)	昼食	ピザトースト ブロッコリー塩茹で クラムチャウダー 果物	食パン、サラダ油。 クラムチャウダースープ(加工品)	ナチュラルチーズ。 牛乳。 	玉ねぎ、人参、カットトマト。 ブロッコリー。	トマトソース、塩、こしょう、 塩。 
	午後 おやつ	牛乳 おしるこ(さつま芋団子)	牛乳。 さつま芋、小麦粉、砂糖。	牛乳	小豆。	塩。
12日 (金)	昼食	赤飯 ぶりの照り焼き 田作り 紅白かまぼこ 黒豆煮 栗きんとん 味噌汁(雑煮風) 果物	もち米、米、ごま。 砂糖。 砂糖。 (砂糖) さつま芋、砂糖。 里芋、生麩(冷凍)。	ぶり。 ごまめ。 かまぼこ。 黒豆(加工品)。 京揚げ、豆腐。 	小豆。  栗甘露煮。 大根、金時人参、吹田慈姑、 椎茸、みつば。	塩。 みりん、醤油。 醤油。 白味噌、削り節、だし昆布。
	午後 おやつ	牛乳 人参マフィン	牛乳。 小麦粉、砂糖。	牛乳。 豆乳。	人参。	塩。
15日 (月)	昼食	チキンカレー グリーンサラダ ヨーグルト	米、サラダ油。 ノンエッグマヨネーズ。	鶏肉。  プロセスチーズ。 ヨーグルト。	玉ねぎ、人参、にんにく、生姜、 りんご、福神漬。 レタス、胡瓜、グリーンアスパラ。	カレー粉、オイスターソース、 ウスターソース、カレールウ、 トマトケチャップ、塩、こしょう、 塩。
	午後 おやつ	牛乳 塩せんべい、レーズン	牛乳。 せんべい、砂糖。	牛乳	レーズン。	
16日 (火)	昼食	ごはん 肉じゃが しろ菜のつくね焼き 三度豆おか和え みそ汁 果物	米。 ジャがいも、砂糖、サラダ油。 砂糖。	牛肉。 しろ菜のつくね。 花かつお。 京揚げ。 	玉ねぎ、人参、糸こんにゃく。 三度豆。 白菜、しめじ茸、青ねぎ。	みりん、醤油、だし汁。 醤油。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳。 小麦粉、砂糖、サラダ油。	牛乳。 豆腐。		塩。
17日 (水)	昼食	きつねうどん わかめおにぎり みかんゼリー。	うどん、砂糖。  米。	京揚げ(餅入り)、 かぶ型のさつま揚げ。 	ほうれん草、人参、 しめじ茸、青ねぎ。 わかめ。 みかんゼリー。	醤油、塩、みりん、 削り節、出し昆布。
	午後 おやつ	牛乳 じゃこトースト	牛乳。 食パン、ノンエッグマヨネーズ。	牛乳。 ちりめん雑魚。		
18日 (木)	昼食	ごはん ふりかけ きびなごのから揚げ 春雨炒め物 かぼちゃの含め煮 みそ汁 果物	米。 春雨(馬鈴薯)、 サラダ油、ごま油。 砂糖。 	きびなごのから揚げ(半加工品)。 竹輪。 京揚げ。 	ひじきふりかけ。 人参、ピーマン、たけのこ水煮、 赤・黄パプリカ、生姜。 かぼちゃ。 大根、人参、青ねぎ。	鶏がらスープ、醤油、 塩、こしょう。 みりん、醤油。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 豆乳パンケーキ	牛乳。 小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、油。	牛乳。 豆乳。		
19日 (金)	昼食	ウィンナーパン ブロッコリー塩ゆで れんこんサラダ ビーフシチュー	パン。 ノンエッグマヨネーズ。 ジャがいも、サラダ油。	ウィンナー。 ツナ缶。 牛肉。 	ブロッコリー。 れんこん、胡瓜、人参。 玉ねぎ、人参、エリンギ茸、 コーン缶、パセリ。 日向夏みかんゼリー。	トマトケチャップ。 塩。 醤油。 デミグラソース、塩、こしょう。
	午後 おやつ	牛乳 わかめおにぎり	牛乳。 米	牛乳。	乾燥わかめ。	塩。



日付		献立	働 き (材 料)			
			口熱や力の素となるもの(黄色)	〇血や肉や骨となるもの(赤色)	△体の調子を整えるもの(緑色)	調味料など
22日 (月)	昼食	千匹ごはん ひじき大豆入りコロッケ ほうれん草のごま和え 豚汁 りんごゼリー	米。 サラダ油。 砂糖、ごま。 さつまいも。 	ちりめん雑魚。 ひじき大豆コロッケ(半加工品)。 豚肉、京揚げ。  	人参、刻みのり。 ほうれん草。 ごぼう、大根、こんにゃく、 りんごゼリー。 	みりん、醤油。 トマトケチャップ、ウスターソース。 醤油、だし汁、塩。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 じゃがいももち	ジャガイも、片栗粉、サラダ油。	牛乳。 ツナ缶、プロセスチーズ。	青のり。	塩。
23日 (火)	昼食	鮭ごはん 春雨サラダ キャベツ入りつくね焼き すまし汁 果物	米。 春雨(馬鈴薯)、ノンエックマヨネーズ	塩鮭。 ハム(ボーク)。 キャベツ入りつくね(半加工品)。 豆腐。	パセリ。 胡瓜、人参。   えのき茸、みつば。 	塩。 酢、塩、こしょう。 醤油、塩、削り節、出し昆布。
	午後 おやつ	クラッカー ヨーグルト	クラッカー。	ヨーグルト。		
24日 (水)	昼食	五目醤油ラーメン 刻み昆布おにぎり 果物 (バナナ)	中華麺。 米。 	煮豚、ゆで卵。 	わかめ、人参、もやし、 青ねぎ。 刻み昆布。	醤油ラーメンスープ、 こしょう。
	午後 おやつ	牛乳 いちごのタルト	牛乳 いちごのタルト(加工品)。	牛乳		
25日 (木)	昼食	ケチャップライス 豆サラダ 冬野菜のクリームスープ 果物	米、バター、サラダ油。 ジャガイも、マヨネーズ。 ベーコン、米粉。	豚ミンチ。 ボークハム、蒸し大豆。 牛乳、生クリーム。 	玉ねぎ、人参、ピーマン、エリンギ茸。 枝豆、コーン缶、胡瓜、 ブロッコリー。 白菜、かぶ、玉ねぎ、人参、パセリ。	塩、こしょう、トマトケチャップ。 塩。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。
	午後 おやつ	牛乳 チーズパンサンド	牛乳 チーズパンサンド	牛乳 スライスチーズ。		
26日 (金)	昼食	豚丼 酢の物 みそ汁 甘夏みかんゼリー	砂糖。 砂糖。 	豚肉。 ちりめん雑魚。 京揚げ。 	玉ねぎ、人参、刻みのり。 わかめ、胡瓜。 キャベツ、しめじ茸、青ねぎ。 甘夏みかんゼリー。	みりん、醤油、だし汁。 酢、醤油、塩。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 バナナケーキ	牛乳 バナナケーキ(加工品)。	牛乳。	バナナ。	
29日 (月)	昼食	わかめごはん おでん 黄桃缶	米。 砂糖。   	花形がんも、竹輪、 人参型のさつま揚げ、ゆで卵。	わかめごはんの素。 大根、こんにゃく。 絹さや。 黄桃缶。 	みりん、醤油、 削り節、出し昆布。
	午後 おやつ	牛乳 じゃこ入りのり巻き	牛乳 じゃこ入りのり巻き	牛乳 ちりめん雑魚。	焼きのり。	塩。
30日 (火)	昼食	青玄米ごはん 鯖の味噌煮 筑前煮 水菜のおかか和え みそ汁 ぶどうゼリー	米、青玄米。 砂糖。 里芋、砂糖、サラダ油。 砂糖。	鯖。 鶏肉。   花かつお。 	ごぼう、金時人参、れんこん、椎茸、 こんにゃく、たけのこ水煮、絹さや。 水菜。 白菜、しめじ茸、青ねぎ。 ぶどうゼリー。	みりん、味噌。 みりん、醤油。 みりん、醤油。 味噌、削り節。
	午後 おやつ	牛乳 ゆずムース	牛乳 ゆずムース	牛乳	ゆずムース(加工品)。	
31日 (水)	昼食	塩バターパン マカロニグラタン ブロッコリー塩ゆで ポトフ風スープ 果物	パン、バター。 マカロニ、 サラダ油、小麦粉。 ジャガイも、オリーブ油、 ベーコン。 	ツナ缶。 牛乳、ナチュラルチーズ。 ウィンナー。 	玉ねぎ、人参、コーン缶、パセリ。 ブロッコリー。 カリフラワー、キャベツ、人参、 玉ねぎ、ローリエ、パセリ。 	ホワイトソース、 塩、こしょう。 塩。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。
	午後 おやつ	牛乳 ふかしさつま芋	牛乳 ふかしさつま芋	牛乳		塩。

監修：片岡 恵子(栄養士)

メニュー紹介

1月12日は、
新年のお祝いの昼食を食べます。

赤飯と紅白かまぼこと黒豆煮とごまめ・栗きんとん
吹田慈姑の入った雑煮風のみそ汁(白味噌)です。
吹田伝統の雑煮を
平野農園、園主平野さんより教わり、
吹田慈姑を入れて食べる予定です。



今年もよろしく
お願いします。



一口メモ・・・吹田慈姑(くわい)

「吹田くわい」がなにわの伝統野菜に選定され、吹田市の特産物として、また、地元農業の象徴的な存在として注目されるようになりました。普段私たちがくわいとして食べているものは青くわいという種類です。これは中国から伝来したもので、遺伝的にも吹田くわいとは違う種類です。吹田くわいは青くわいより葉が細く、草丈も少し小型です。

おせち料理の意味

黒豆／「毎日を“マメ”で元気に過ごす」
田作り／「豊作を祈る」
昆布巻き／「毎日の健康をよる“こぶ”」
レンコン／「先々の見通しが利くように」
などなど。

おかゆを食べて体調を整えましょう

年末年始は、ごちそうがたくさん。胃の調子を整えるためや厄よけのために、1月7日にはセリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロの七草を入れる「七草がゆ」を食べます。15日の「小正月」にも、おかゆをいただきます。このおかゆには、アズキを入れる地方が多いとされていて、「アズキがゆ」とも言われています。ぜんざいやおしるこの所もあるようです。



食事で
免疫力・体力UP

冬はインフルエンザなどの感染症
が流行する季節。まずは体をあた
ためる料理で体温を上げましょう。

免疫力
アップ

ビタミン、ミネラルの多い
食材…緑黄色野菜や果物

体力を
つける

発酵食品…納豆、味噌、ヨー
グルトなど

鏡もちの
いわれ

鏡もちの飾りにはそれ
ぞれ意味があります。

- 裏白／「長寿と夫婦円満」
- コンブ／「喜ぶ」
- ダイダイ(幸かん)／「代々米える」
- くしガキ／「幸運を取り込む」
- ユズリハ／「家系が絶えずに続く」

※関西のある地方では「先祖代々(ダイダイ)、ニコニコと仲睦ま
じく(串ガキが両端に2つ、少し間をおいて中に6つ付いている)、
よろこぶ(コンブ)ことが、「重なり」ますように(モチを重ねる)」
と言って、飾るそうです。

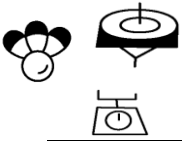


2018年 1月献立予定

2018年1月9日
千里山グレース幼稚園

新しい年を迎え、ご家族で楽しく過ごされたことと思います。1月は寒さも厳しく、体調も崩しやすい月です。年末年始で乱れてしまった生活リズムを少しずつ整えるためにも、あたたかい朝ごはんをしっかりと食べて、一日を元気に過ごせるようにしていきましょう。

《栄養三色》元気な体をつくるために、食品を働きによって三色に分けています。ご家庭の食事でも毎食栄養三色が揃うように気をつけましょう。



行事予定	日付	献立	働 き (材 料)				カルシウム (mg)
			□熱や力の素となるもの(黄色)	○血や肉や骨となるもの(赤色)	△体の調子を整えるもの(緑色)	調味料など	
昼食開始	12日 (金)	赤飯 ぶりの照り焼き 田作り 紅白かまぼこ 黒豆煮 栗きんとん 味噌汁(雑煮風) 果物	もち米、米、ごま。 砂糖。 砂糖。 (砂糖) さつま芋、砂糖。 里芋、生麴(冷凍)。	ぶり。 ごまめ。 かまぼこ。 黒豆(加工品)。 京揚げ、豆腐。	 栗甘露煮。 大根、金時人参、吹田慈姑、 椎茸、みつば。	塩。 みりん、醤油。 醤油。 白味噌、削り節、だし昆布。	594kcal
							24.8g
							19.5g
							219mg
							2.3g
身体測定 年少組	15日 (月)	チキンカレー グリーンサラダ ヨーグルト	米、サラダ油。 ノンエッグマヨネーズ。	 鶏肉。 プロセスチーズ。 ヨーグルト。	玉ねぎ、人参、にんにく、生姜、 りんご、福神漬。 レタス、胡瓜、グリーンアスパラ。	カレー粉、オイスターソース、 ウスターソース、カレールウ、 トマトケチャップ、塩、こしょう、 塩。	502kcal
							17.4g
							14.2g
							298mg
							1.7g
	16日 (火)	ごはん 肉じゃが しろ菜のつくね焼き 三度豆おかか和え みそ汁 果物	米。 ジャガイも、砂糖、サラダ油。 砂糖。	牛肉。 しろ菜のつくね。 花かつお。 京揚げ。	玉ねぎ、人参、糸こんにゃく。 三度豆。 白菜、しめじ茸、青ねぎ。	みりん、醤油、だし汁。 醤油。 味噌、削り節。	562kcal
							21.0g
							15.4g
							317mg
							1.8g
誕生日会	17日 (水)	きつねうどん わかめおにぎり みかんゼリー	うどん、砂糖。  米。	京揚げ(餅入り)、 かぶ型のさつま揚げ。	 ほうれん草、人参、 しめじ茸、青ねぎ。 わかめごはんの素。	醤油、塩、みりん、 削り節、出し昆布。	514kcal
							20.7g
							15.4g
							327mg
							1.4g
保育参観 年長組	18日 (木)	ごはん ふりかけ きびなごのから揚げ 春雨炒め物 かぼちゃの含め煮 みそ汁 果物	米。 春雨(馬鈴薯)、 サラダ油、ごま油。 砂糖。 	きびなごのから揚げ(半加工品)。 竹輪。  京揚げ。	人参、ピーマン、たけのこ水煮、 赤・黄パプリカ、生姜。 かぼちゃ。 大根、人参、青ねぎ。	鶏がらスープ、醤油、 塩、こしょう。 みりん、醤油。 味噌、削り節。	530kcal
							18.6g
							18.5g
							281mg
							1.6g
保育参観 年長組	19日 (金)	ウィンナーパン ブロッコリー塩ゆで れんこんサラダ ビーフシチュー 日向夏みかんゼリー	パン。 ノンエッグマヨネーズ。 ジャガイも、サラダ油。	ウィンナー。 ツナ缶。 牛肉。 	ブロッコリー。 れんこん、胡瓜、人参。 玉ねぎ、人参、エリンギ茸、 コーン缶、パセリ。 日向夏みかんゼリー。	トマトケチャップ。 塩。 醤油。 デミグラスソース、塩、こしょう。	621kcal
							12.4g
							26.5g
							320mg
							2.4g
保育参観 年中組	22日 (月)	千匹ごはん ひじき大豆入りコロッケ ほうれん草のごま和え 豚汁 りんごゼリー	米。 サラダ油。 砂糖、ごま。 さつまいも。 	ちりめん雑魚。 ひじき大豆コロッケ(半加工品)。  豚肉、京揚げ。	 人参、刻みのり。 ほうれん草。 ごぼう、大根、こんにゃく、青ねぎ。 りんごゼリー。	みりん、醤油。 トマトケチャップ、ウスターソース。 醤油、だし汁、塩。 味噌、削り節。	536kcal
							18.4g
							16.5g
							301mg
							2.4g
保育参観 年中組	23日 (火)	鮭ごはん 春雨サラダ キャベツ入りつくね焼き すまし汁 果物	米。 春雨(馬鈴薯)、ノンエッグマヨネーズ。	塩鮭。 ハム(ポーク)。 キャベツ入りつくね(半加工品)。 豆腐。	パセリ。 胡瓜、人参。 えのき茸、みつば。	塩。 酢、塩、こしょう。 醤油、塩、削り節、出し昆布。	451kcal
							19.0g
							12.9g
							291mg
							1.9g
保育参観 年少組	24日 (水)	五目醤油ラーメン 刻み昆布おにぎり 果物 (バナナ)	中華麺。  米。	煮豚、ゆで卵。 わかめ、人参、もやし、 青ねぎ。 刻み昆布。 	醤油ラーメンスープ、 こしょう。	479kcal	
						20.1g	
						12.5g	
						294mg	
						2.0g	
保育参観 年少組	25日 (木)	ケチャップライス 豆サラダ 冬野菜のクリームスープ 果物	米、バター、サラダ油。 ジャガイも、マヨネーズ。 ベーコン、米粉。 	豚ミンチ。 ポークハム、蒸し大豆。  牛乳、生クリーム。	玉ねぎ、人参、ピーマン、エリンギ茸、 枝豆、コーン缶、胡瓜、 ブロッコリー。 白菜、かぶ、玉ねぎ、人参、パセリ。	塩、こしょう、トマトケチャップ。 塩。 無添加フイヨン、塩、こしょう。	561kcal
							19.0g
							17.8g
							340mg
							1.7g
	26日 (金)	豚丼 酢の物 みそ汁 甘夏みかんゼリー	砂糖。 砂糖。 	豚肉。 ちりめん雑魚。  京揚げ。 	玉ねぎ、人参、刻みのり。 わかめ、胡瓜。 キャベツ、しめじ茸、青ねぎ。 甘夏みかんゼリー。	みりん、醤油、だし汁。 酢、醤油、塩。 味噌、削り節。	512kcal
							18.2g
							17.7g
							288mg
							1.8g
	29日 (月)	わかめごはん おでん 黄桃缶	米。 砂糖。  	花形がんも、竹輪、 人参型のさつま揚げ、ゆで卵。	わかめごはんの素。 大根、こんにゃく。 絹さや。 黄桃缶。 	みりん、醤油、 削り節、出し昆布。	530kcal
							23.6g
							16.3g
							383mg
							2.0g





行事予定	日付	献立	働 き (材 料)				調味料など	
			口熱や力の素となるもの(黄色)	〇血や肉や骨となるもの(赤色)	△体の調子を整えるもの(緑色)			
	30日 (火)	青玄米ごはん 鯖の味噌煮 筑前煮	米、青玄米。 砂糖。 里芋、砂糖、サラダ油。	鯖。 鶏肉。		ごぼう、金時人参、れんこん、椎茸、 こんにゃく、たけのこ水煮、絹さや。 水菜。 白菜、しめじ茸、青ねぎ。 ぶどうゼリー。	みりん、味噌。 みりん、醤油。	538kcal
		水菜のおかか和え みそ汁 ぶどうゼリー	砂糖。	花かつお。			みりん、醤油。 味噌、削り節。	26.2g 17.9g 390mg 1.9g
	31日 (水)	塩バターパン マカロニグラタン	パン、バター。 マカロニ、 サラダ油、小麦粉。	ツナ缶。 牛乳、ナチュラルチーズ。		玉ねぎ、人参、コーン缶、パセリ。	塩。 ホホワイトソース、 塩、こしょう。	499kcal
		ブロッコリー塩ゆで ポトフ風スープ 果物	ジャガイモ、オリーブ油、 ベーコン。	ウィンナー。		ブロッコリー。 カリフラワー、キャベツ、人参、 玉ねぎ、ローリエ、パセリ。	塩。 無添加ブイヨン、塩、こしょう。	20.1g 19.9g 374mg 2.2g

*



年長組のご飯茶碗使用日です。

監修：片岡 恵子（栄養士）



下記のホームページにて昼食の写真を掲載しています。ご覧ください。

URL

<http://senriyamagrace.jp/>

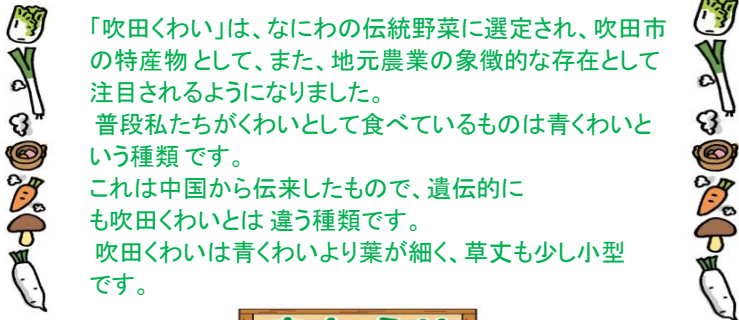


1月献立 アレルギーを含む加工品の紹介

1月12日は、
新年のお祝いの昼食を食べます。

赤飯と紅白かまぼこと黒豆煮とごまめ
吹田慈姑の入った雑煮のみそ汁(白味噌)です。
吹田伝統の雑煮を
平野農園、園主平野さんより教わり、
吹田慈姑・白玉団子を入れて食べる予定です。

一口メモ・・・吹田慈姑(くわい)



「吹田くわい」は、なにわの伝統野菜に選定され、吹田市の
特産物として、また、地元農業の象徴的な存在として
注目されるようになりました。
普段私たちがくわいとして食べているものは青くわいと
いう種類です。
これは中国から伝来したもので、遺伝的に
も吹田くわいとは違う種類です。
吹田くわいは青くわいより葉が細く、草丈も少し小型
です。



- * 食事摂取基準(3～5歳児)をもとにおやつ(牛乳(200cc)を含め、基準をⓂとしてしています。
- * だしは、煮干し・削り節(さば節)・だし昆布などでとっています。
- * 生肉・生野菜は、産地にもこだわり国産を使用しています。
- * 地元吹田の平野農園(江坂町)の野菜を中心に、地場産物や旬の物を取り入れ、地産地消を心がけています。又、園で収穫できる野菜も使います。
- * デザートは、子どもたちにとって、とても楽しみの一つです。果物は、産地を吟味し季節感が味わえるよう配慮しています。衛生面を考え(生肉・生魚の使用時等)、献立の内容によりゼリー等が増えることもあります。ご理解いただきますようよろしくお願いします。
- * その他、食の安全を考え加工品・調味料におきましても十分吟味し、おいしい手作りの昼食を心がけています。
- * 献立材料は、その時の事情により変更する場合があります。ご了承ください。

- 12日・・・生麩 (小麦含む) (乳・卵含まない)
- ・・・かまぼこ (卵・小麦含む) (乳含まない)
- ・・・黒豆 (醤油含む) (乳・卵含まない)
- 16日・・・しろ菜のつくね焼き (乳・卵・小麦含まない)
- 17日・・・かぶ型さつま揚げ (乳・卵・小麦含まない)
- ・・・餅入り京揚げ (乳・卵・小麦含まない)
- 18日・・・きびなごのからあげ (小麦含む) (乳・卵・含まない)
- 19日・・・デミグラスソース (乳・小麦含む)
- 22日・・・ひじき大豆コロッケ (小麦含む) (乳・卵・含まない)
- 23日・・・キャベツ入りつくね (乳・卵・小麦含まない)
- 29日・・・花形がんも(大豆含む) (乳・卵・小麦含まない)
- ・・・人参型さつま揚げ (乳・卵・小麦含まない)
- ・・・わかめごはんの素 (ごま・醤油含む) (乳・卵含まない)
- 31日・・・ホホワイトソース (乳・小麦含む)

二年間を通して園で使用する加工食品＝

- * ポークハム・ベーコン・チキンウィンナー
無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用 (乳・卵・小麦も含んでいません)
- * 煮豚 肉屋さん自家製 (乳・卵含まない) 醤油に含まれる小麦一部含んでいます。
- * 竹輪 (乳・卵・小麦を含んでいません)
- * マヨネーズ 除去対応ノンエッグマヨネーズ(ケンコーマヨネーズ)を使用します。
- * ごまドレッシングは、手作りドレッシングです。
(ノンエッグマヨネーズ使用醤油・ごま含む)
- * 油は菜種油を使用しています。
- * 酢は、米酢を使っています。(小麦含まない)
- * 味噌は米こうじ味噌を使用しています。
- * 干し椎茸は宮崎産です。
- * パンには、バター・生クリームが入っています。
- * 調味料(醤油・酢・ソース・和だしを除くなど)の中に一部小麦を含んでいます。
- * うどん・中華麺(卵含まない)は、同じ製造ラインにそばの取り扱いがあります。

その他製造ライン(コンタミネーション)等、気になる点がありましたら、お気軽に お尋ねください。



鏡もちの
いわれ

鏡もちの飾りにはそれぞれ意味があります。

- 裏白／「長寿と夫婦円満」
- コンブ／「喜ぶ」
- ダイダイ(ミカン)／「代々栄える」
- くしガキ／「幸運を取り込む」
- ユズリハ／「家系が絶えずに続く」

※関西のある地方では「先祖代々(ダイダイ)、ニコニコと仲睦まじく(串ガキが両端に2つ、少し間をおいて中に6つ付いている)、よろこぶ(コンブ)ことが、重なり(ユズリハ)ますように(モチを重ねる)」と言って、飾るそうです。

今年もよろしく
お願いします。

おせち料理の意味

黒豆／「毎日を「マメ」で元気に過ごす」
田作り／「豊作を祈る」
昆布巻き／「毎日の健康をよろこぶ」
レンコン／「先々の見通しが利くように」
などなど。



お父さん・お母さん 昼食当番子どもたちは楽しみにしています。
お手伝い よろしくをお願いします。

集合時間 11:00(満3歳児クラスの方は10:45 お願いします)
持ち物 エプロン
三角巾
マスク
上履き

* 園にもスリッパは、用意しておりますが、
お母さんが持ってきてくださっても結構です。