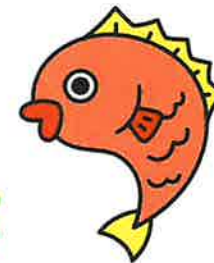




1月 給食だより

新年あけましておめでとうございます

今年も子どもたちの健やかな成長を願い心をこめて給食をつくりたいと思います



お正月といえば…お雑煮

お雑煮は、お正月にくる神様をお迎えし新年の豊作や家内安全を祈り食べられていました

お雑煮レシピ(関西風)

材料 2人前

丸餅 2～4 個
金時にんじん 60g
大根 100g
里いも 2個
みつば 適量
だし汁 500ml
白みそ 大さじ 4 程

作り方

- ①里いもは皮をむいて2cm幅の輪切りにし、塩(適量)でもんで水で洗い、竹串が通るまで弱めの中火で8分程茹でる。
- ②金時にんじん、大根は皮をむいて5mm厚の輪切りにし丸型で抜く。
- ③鍋に金時にんじん、大根、だし汁を入れ弱めの中火で柔らかくなるまで5分ほど煮る。
- ④別の鍋に丸餅にかぶるくらいの水を入れて、中火で煮て火を通す。
- ⑤③の鍋に④の里いもを湯切りして加え、2分ほど煮たら白みそを溶き入れる。
※ボウルに白みそとなべのだし汁をお玉1杯ほどで溶いて鍋に入れるとダマになりにくいです
- ⑥お椀に丸餅、⑤を入れて、2cmに切ったみつばを添えかつお節を散らして完成。

野菜、お肉をたくさん食べて、寒い冬をのりきろう!





1月のこんだて



みどり丘こどもえん

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
🌸 ~新年、明けましておめでとうございます~ 🌸 2026年がやってきました♪今年も安心安全な給食を心がけて頑張ります！ どうぞよろしくお願いいたします。 みんな楽しいお正月を過ごせましたか？美味しいものたくさん食べたかな？ 冬休みの思い出、給食先生にもたくさん聞かせてね♪			1日	2日	3日
5日	6日	7日	8日	9日	10日
ごはん 鶏のクリームシチュー ◆キャベツとわかめの和風サラダ 牛乳 クラッカー&チーズ	ごはん ◆魚の照り焼き風 ◆ミニひじき炒め トマト 牛乳 ★肉まん	ごはん 炒り豆腐 ☆七草汁 牛乳 クッキー	ごはん ☆白味噌仕立ての正月柿 ☆柿なます 牛乳 ★フルーツきんとん	ごはん ◆フィッシュカツ ☆かぼちゃサラダ トマト 牛乳 ☆◆みかん	マーボー豆腐丼 わか玉スープ 牛乳
12日	13日	14日	15日	16日	17日
成人の日 	ごはん ◆治部煮 豆腐のかきたま汁 牛乳 ゼリー	ごはん ◆魚と大根こんにゃくの煮つけ わかめと卵の酢の物 牛乳 バナナ	ごはん ◆厚揚げの筑前煮 ◆☆ブロッコリーのカツオ和え 牛乳 ★☆大根もち	防災メニュー おにぎり 豚汁 牛乳 ビスケット	スパゲッティナポリタン コンソメスープ 牛乳
19日	20日	21日	22日	23日	24日
ごはん ◆関東煮 牛乳 ★☆りんごケーキ	カレーライス ☆ほうれん草と卵のごま和え 牛乳 菓子パン	ごはん 肉団子スープ ◆☆カリフラワーの和風サラダ 牛乳 せんべい&チーズ	ごはん ◆白身魚のムニエル ポテタマサラダ トマト 牛乳 ヨーグルト	赤飯 ◆とり天 ◆☆ブロッコリーのごま和え 豆腐とわかめのすまし汁 牛乳 バナナ	きつねうどん ひじきの酢の物 牛乳
26日	27日	28日	29日	30日	31日
ごはん ☆白菜の八宝菜 ゆで卵 牛乳 ★フレンチトースト	ごはん おこのみオムレツ ◆☆カリフラワーのカレーマヨ 牛乳 クッキー&チーズ	ごはん ◆海鮮チャプチェ 中華風スープ 牛乳 せんべい	ごはん 人参のグラッセ ◆豆腐ハンバーグの デミグラスソース ◆☆ポイルブロッコリー& スパゲッティ 牛乳 ◆☆みかん	ごはん ◆鯖のおろし煮 ◆☆小松菜のおかか和え ゆで卵 牛乳 ★おにぎり	ホットドック バナナ 牛乳

●都合により、献立を変更する場合があります。 ●未満児は午前中にフルーツや手作りおやつ等があります。

●★印は手作りおやつです。

●☆は季節の食材を使ったものです。

◆カミカミメニューです。しっかりかんで食べようね！