



1月の献立

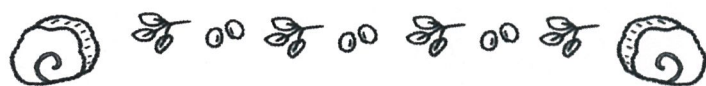
令和4年度 蛸ノ浦保育園

	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
	2	3	4	5	6日	7日
9時					せんべい 牛乳	
昼食			希望保育	希望保育	カレー煮 ゆで卵 シタス 福神漬け フルーツ	おにぎり スープ
15時					ビスケット 牛乳	
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
9時		フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	成人の日	なめこ汁 ミートボール 切り干し大根の煮物 フルーツ	春雨スープ かんもと昆布の煮物 きゅういもみ フルーツ	みそ汁 魚のタルタルソースかけ 線キャベツ フルーツ	わかめスープ 親子煮 ほうれん草サラダ フルーツ	
15時		ホットケーキ 牛乳	きなこ揚げパン 牛乳	カナッペ 牛乳	ビスケット 牛乳	
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	ひつまじ ウインナーソーテ ポテサラダ フルーツ	みそ汁 ハムピカタ 春雨サラダ フルーツ	八宝汁 かつおの照り焼き わかめときゅういの酢の物 フルーツ	みそ汁 コロケ もやしナムル フルーツ	卵スープ 昆布の五目煮 大根のゴマダレ和え フルーツ	スパゲッティ スープ
15時	せんべい 牛乳	ジャムサンド 牛乳	アメリカンドッグ 牛乳	カリカリピザ 牛乳	ビスケット 牛乳	
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	けんちん汁 麻婆豆腐 棒棒鶏 フルーツ	誕生会	みそ汁 つくね煮 ひじきサラダ フルーツ	むらくもスープ ソーセージフライ ブロッコリーの和え物 フルーツ	みそ汁 すき焼き風 にらともやしのソテー フルーツ	
15時	せんべい 牛乳	ケーキ ジュース	さつまいもチップス 牛乳	ホットドッグ 牛乳	ビスケット 牛乳	
	30日	31日				
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳				
昼食	カツとベーコンのスー 四鍋肉 マカロニのケチャップ炒め フルーツ	みそ汁 春巻き 小松菜とツナの和え物 フルーツ				
15時	せんべい 牛乳	パウンドケーキ 牛乳				

☆お弁当のいない日・・・24日(火曜日) お箸は忘れずに持ってきて下さい。

☆土曜保育に登園する際は、お箸を持ってきて下さい。(さくら組)

☆都合により、献立が変更になる事があります。ご了承下さい。



おせち料理って？

おせち料理は今ではお正月に食べるごちそうになっていますが、本来は家族そろって一年を元気に過ごせたことを祝い、神様にお供えする料理のことでした。地方のおせち料理はそのなごりがまだ根強く、その土地でとれるごちそうをみんなで食べる風習が今でも残っています。準備を子どもに手伝ってもらったり、一品一品に願いや意味が込められていることを話したりしながら、わが家の「おせち料理」を伝えてあげてください。



子どもと一緒に 食べものクイズ

Q れんこんの穴は何を通すために空いている？

①水 ②熱 ③空気

A 正解は③。れんこんは泥の中で育つので、穴は生長に必要な空気を葉から送り込むためのパイプの役目をしています。真ん中に1個、その周囲に8～9個あるのが一般的です。

